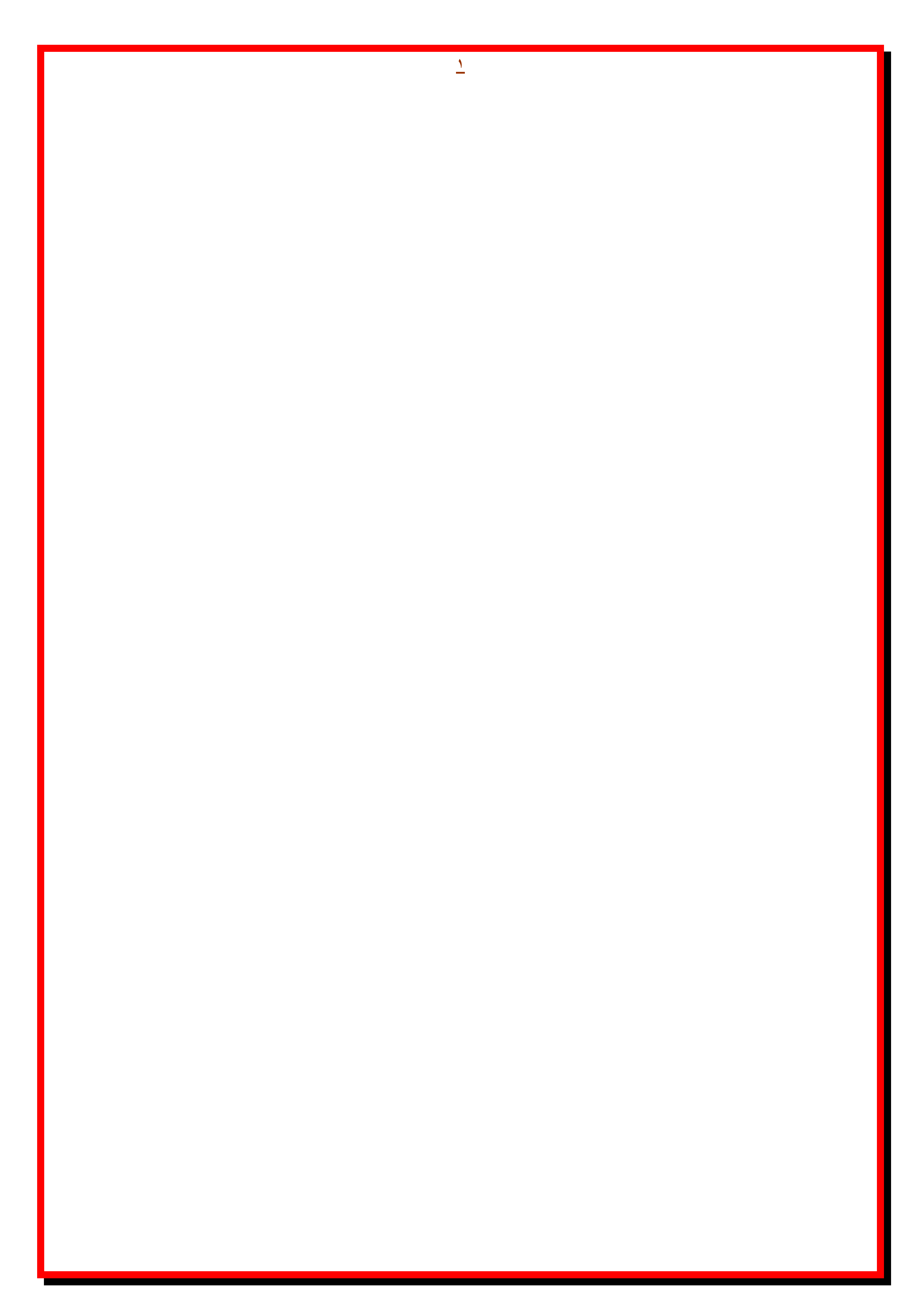
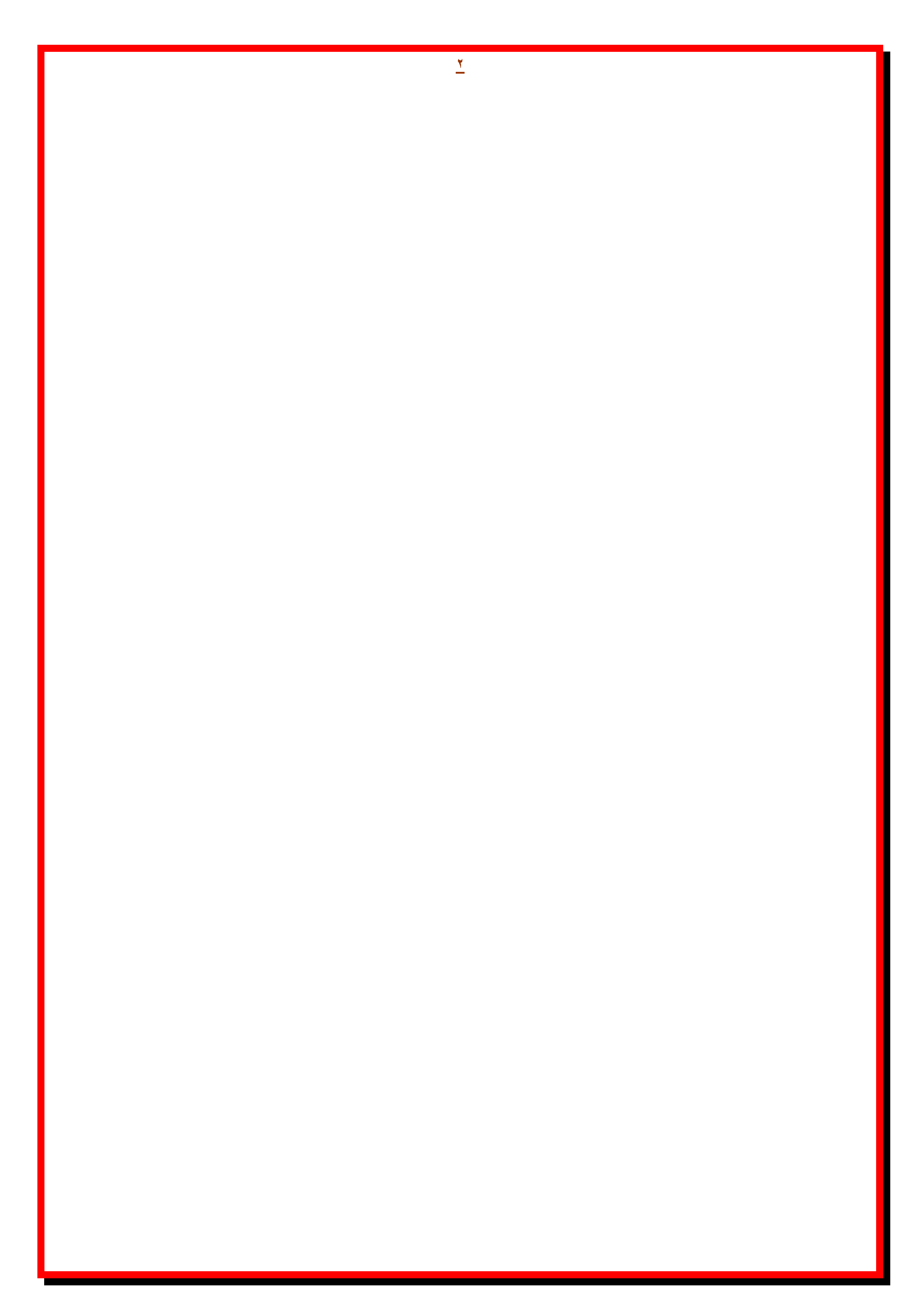




الأولـــوروبيـــــــن...شاي من شـجر الـزيتـــون



منتجات طبيعية ١٠٠% - علاج بالمكملات الغذائية - منتج فعال - آمن – صحة – شفاء وقاية وعلاج للأمراض – مستخلص من شجرالزيتون (الشجرة المباركة) والأعشاب الطبيعية

١..مفيد لمرضى القلب والضغط المرتفع.يقضى على الضغط المرتفع ويعمل على تنظيم وتنشيط الدورة الدموية.حماية للقلب والشرايين التاجية من الجلطات.يقلل ضيق وإنسدادالشرايين التاجية

٢..مفيد لمرضى الكلى.ويعمل على تنشيط الدورة الدموية للكلى وخفض نسبة الكرياتينين واليوريا للمعدل الطبيعى.يزيل الأملاح والحصوات من الجهاز البولى والكليتين

٣..يعمل على تنشيط جهاز المناعة والقضاء على الفيروسات والبكتريا والفطريات والخلايا السرطانية والخلايا الميتة والجزور الحرة الضارة ويقلل المواد المسببة للإلتهابات

٤..مفيد لأمراض المناعة.وعلاج للخمول المزمن والإمساك المزمن والإسهال المزمن والقولون

٥..يقضى على الدهون الثلاثية والكوليستيرول الضار وينشط الكوليستيرول النافع

٦..مفيد للأوعية الدموية ويعمل على إعادة الخاصية المطاطية للأوعية الدموية والتخلص من المواد الضارة المترسبة على جدران الأوعية الدموية (الشرايين والأوردة)

٧..مفيد لمرضى الكبد.يعمل على تنشيط خلايا الكبد وإزالة السموم والتخلص من دهون الكبد والتخلص من الفيروسات سى وبى.مفيد للمرارة ويقلل حصوات وإلتهابات المرارة

٨..مفيد لمرض السكر.يقلل نسبة السكر بالدم ويقوى الأعصاب ويمنع الجلطات

٩- مفيد للتخسيس.يعمل على إنقاص الوزن والتخلص من الدهون

١٠- مفيد للبروستاتا ويعمل على تقليل تضخم حجم البروستاتا

١١- مفيد لأمراض الرئة والربو وضيق النفس والكلى والخلل الوظيفي وإرتفاع وظائف الكلى

مرخص من وزارة الصحة..البحث العلمى مسجل للدكتور محمد أحمد محمود بوزارة الصحة

٥..الباب الخامس ..باب الأمراض وعلاجها

مـــقـــدمــــــــــة الـــــمـــؤلـــــــــف

بسم الله الرحمن الرحيم (الّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ .وَالّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ. وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ .وَالّذِي يُمِيتُنِي ثُمّ يُحْيِينِ .وَالّذِي أَطْمَعُ أَن يَغْفِرَ لِي خَطِيئَتِي يَوْمَ الدّينِ) سورة الشعراء.الحمد لله الذى وفقنى على البدء فى عمل سلسلة لعلاج الأمراض علاجا كافيا وشافيا بإذن الله تعالى وكانت بدايتى مع الطب النبوى تجربة تطبيقية مع ألف مريض فقد قمت بدراسة الحجامة والأعشاب والغذاء ولدغ النحل والكى دراسة كافية مع الأطباء والمتخصصين فى هذا المجال من مصروخارجها وقمت بعد ذلك بجمع المعلومات عن الأمراض ثم قمت بالتجربة التطبيقية مع المرضى أثناء دراستى بكلية الطب حتى الآن وقمت بكتابة النتائج فى مذكراتى لتصبح سلسلة كتب بدايتها هذا الكتاب.لذلك ما ستقرأة فى أيام تم إعداده فى سنوات تعليم وتجربة وقد كتبت كما عالجت الناس راجيا الله عز وجل أن يكتب لى الثواب فى نشرهذا العلم السهل الممتنع بين الناس جميعا ويكفى فيما كتبت أن هذا العلم به لمسات من طب النبوة طب الحبيب المصطفى النبى العظيم سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم.ولقدوجدت فى هذا الطب شفاءا لأمراض عجزعلاجهاالطب التقليدى،ولوقمت بنشر تحاليل وأقوال بعض المرضى لكتبت كتابا من ألآف الصفحات.ولا ننسى أن من أسباب الشفاء الدعاء والصدقة مع الأخذ بأسباب الشفاء المتاحة.وهذا وإن كان من توفيق فمن الله وحده وإن كان من تقصيرأوخطأ فمنى ومن الشيطان.وأقدم شكرآ خاصآ لأمى الحبيبة الغالية وزوجتى وأولادى وإخوتى الأعزاء وأهلى جميعا.وأقدم شكرآ خاصآ لصديق عمرى ومعلمى الأول الدكتور محمد عاشورالسيد.كما أتقدم بالشكر لأهل قريتى قرية الحامولى.أبشواى.الفيوم.وكل أصدقائى وأحبابى والمسلمين جميعآ وأصدقائى بمركزالتوحيد الطبى وأتمنى من الله دعائهم .على بركة الله نمضى.

تـمـهـيـد

هناك أسباب قوية للشفاء مثل القرآن والدعاء والصدقة والصيام وماء زمزم والصلاة.فقد روى مسلم فى صحيحه من حديث أبى الزبير.عن جابربن عبد الله.عن النبى صلى الله عليه وسلم.أنه قال (لكل داء دواءفإذا أصيب دواء الداء برأ بإذن الله عزوجل) وفى الصحيحين عن عطاء عن أبى هريرة قال.قال رسول الله صلى الله عليه وسلم(ماأنزل الله من داء إلا أنزل له شفاء) وفى مسند الإمام أحمد من حديث زياد بن علاقة.عن أسامة بن شريك.قال.كنت عندالنبى صلى الله عليه وسلم.وجاءت الأعراب فقالوا.يارسول الله أنتداوى فقال نعم يا عباد الله تداووا فإن الله عز وجل لم يضع داء إلا وضع له شفاء غيرداء واحد قالوا ماهو قال الهرم) ...وفى لفظ (إن الله لم ينزل داءإلا أنزل له شفاء علمه من علمه وجهله من جهله) ...وفى المسند من حديث ابن مسعود يرفعه (إن الله عزوجل لم ينزل داءإلا أنزل له شفاءعلمه من علمه وجهله من جهله)فلا شك ولاريب أن العلاج بالقرآن الكريم وبما ثبت عن النبى صلى الله عليه وسلم هو علاج نافع وشفاء تام قال تعالى"قل هو للذين ءامنوا هدى وشفاء" سورة فصلت .وقال أيضا "وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ۙ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا"سورة الإسراء.ومن هنا لبيان الجنس فإن القرآن كله شفاء كما فى الآية "يأأيها الناس قد جآءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما فى الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين"سورة يونس.فالقرآن هو الشفاءالتام من جميع الأدواء القلبية والبدنية وأدواء الدنياوالآخرة وليس كل أحد يؤهل ويوفق للإستشفاء بالقرآن وإذا أحسن العليل التداوى به وعالج به مرضه بصدق وإيمان وقبول تام وإعتقاد جازم وإستيفاء لشروطه لم يقاومه الداء أبدا وكيف تقاوم الأدواء كلام رب الأرض والسماء الذى لو نزل على الجبال لصدعها أوعلى الأرض لقطعها فما من مرض من أمراض القلوب

والأبدان إلا وفى القرآن سبيل الدلالة على علاجه وسببه والحمية منه لمن رزقه الله فهما لكتابه. والله عز وجل ذكر فى القرآن أمراض القلوب والأبدان وطب القلوب والإبدان

فأما أمراض القلوب فهى نوعان...مرض شبهة وشك وريب وهو فى قوله تعالى (فى قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا) البقرة١.وقوله.تعالى(وليقولن الذين فى قلوبهم مرض والكافرون ماذا أراد الله بهذا مثلا)المدثر٣١ وقوله تعالى(وإذادعوا إلى الله ورسوله ليحكم بينهم إذا فريق منهم معرضون.وإن يكن لهم الحق يأتوا إليه مذعنين.أفى قلوبهم مرض.أم إرتابوا.أم يخافون أن يحيف الله عليهم ورسوله بل أولئك هم الظالمون)النور٤٨.وأما مرض الشهوة والغى فهو فى قوله(يانساء النبى لستن كأحد من النساءإن إتقيتن فلا تخضعن بالقول فيطمع الذى فى قلبه مرض)الأحزاب٣٢وهو سبحانه يذكرأمراض القلوب مفصلة ويذكرأسبابها وعلاجها.قال تعالى"أولم يكفهم أنا أنزلنا عليك الكتاب يتلى عليهم إن فى ذلك لرحمة وذكرى لقوم يؤمنون"سورة العنكبوت...قال العلامة ابن القيم رحمه الله"فمن لم يشفه القرآن فلا شفاه الله ومن لم يكفه فلا كفاه الله"

وأما أمراض الأبدان فقد أرشد القرآن إلى أصول طبها ومجامعه وقواعده وذلك لأن قواعد طب الأبدان كلها فى القرآن وهى ثلاثة...حفظ الصحة.والحمية عن المؤذى.وإستفراغ المواد الفاسدة المؤذية.ولو أحسن العبد التداوى بالقرآن لرأى لذلك تأثيرا عجيبا فى الشفاء العاجل...قال الإمام ابن القيم رحمه الله"لقد مر بى وقت فى مكة سقمت فيه ولاأجد طبيبا ولا دواءا فكنت أعالج نفسى بالفاتحة وأرى لذلك تاثيرا عجيبا آخذ شربة من ماء زمزم وأقرؤها عليها مرارا ثم أشربها فوجدت بذلك البرء التام ثم صرت أعتمد ذلك عند كثير من الأوجاع فأنتفعت به غاية الإنتفاع فكنت أصف ذلك لمن يشتكى ألما فكان كثيرا منهم يبرأ سريعا...وكذلك العلاج بالرقية النبوية الثابتة...وكذلك الدعاء إذا سلم من

الموانع فهو من أنفع الأسباب فى دفع المكروه وحصول المطلوب فهو من أنفع الأدوية وخاصة مع الإلحاح فيه وهوعدو البلاء يدفعه ويعالجه ويمنع نزوله أويخففه إذا نزل...قال رسول الله"الدعاء ينفع مما نزل ومما لم ينزل فعليكم عباد الله بالدعاء"رواه الترمذى والحاكم وأحمد وحسنه الألبانى وقال أيضا صلى الله عليه وسلم"لايرد القضاء إلا الدعاء ولا يزيد فى العمرإلا البر"رواه الترمذى والحاكم وصححه الألبانى...كماأن الصدقة سبب هام فى الشفاء قال صلوات ربى وسلامه عليه"داوا مرضاكم بالصدقة"فعليكم إخوانى وأخواتى الأعزاء الأخذ بأسباب الشفاء من القرآن والسنة النبوية المشرفة والدعاء والصدقة..ومتى كان التداوى بالغذاء فهو أفضل وبالشئ الواحد أفضل من الإثنين.وعلينا أن نأخذ بالأسباب والعمل بها وأما الشفاء فمن الله ....

١..الـباب الأول الـحـــجـامـة..أفضل الوقت الأيام..١٧,١٩,٢١هجري

الحجامة معجزة نبوية من معجزات الحبيب المصطفى رسولناالكريم صلى الله عليه وسلم...وهى معجزة شفائية وليست علاجية فحسب فالشفاء هو نهاية المرض..وأما العلاج فقد يؤدى إلى الشفاء أو.. لا يؤدى بل قد يؤدى إلى الموت..أما الحجامة فهى سنة نبوية شفائية لقول النبى صلى الله عليه وسلم (الشفاء فى ثلاث شربة عسل وشرطة محجم وكية نار وأناأنهى أمتى عن الكى) فالحجامة تجلب الشفاء بإذن الله تعالى والطب النبوى وحى من الله على الرسول فالله هوالأعلم بعباده وما يشفيهم وما يصلح حالهم .. والحجامة تكون فى كل أيام الشهر وكل أوقات اليوم نافعة للمحتاج لها كالمريض مرضا عاجلا.. ولكنها مستحبة أيام ١٧و١٩و٢١ من الشهرالعربى لما ثبت عن النبى صلى الله عليه وسلم فى ذلك..كما أن الحجامة جائزة للصائم غيرمفطرة إلا فى حالة الضرر وذلك لحديث النبى عن ابن عباس رضى الله عنه (أن النبى احتجم وهو صائم) رواه البخارى.والحجامة مفيدة كل وقت وأكثر فائدة فى ١٧و١٩و٢١من الشهرالهجرى. أن خروج الخلايا التالفة من الجسم وكرات الدم التالفة والجذور الحرة الشاردة ومواد الإلتهابات المرتفعة والفيروسات والبكتريا فى هذه الأيام أكثر من غيرها ويقال أن المد والجذر القمرى له علاقة بذالك. فالمد والجذر يؤثرعلى السوائل بالكون.والإنسان من الكون وملئ بالسوائل.والحجامة على المعدة الخالية أفضل منها بعد الطعام وليست المشكلة بعد السوائل والفاكهه

الأحاديث التى وردت فى الحجامة..عن جابر(رضى الله عنه قال.قال رسول الله(صلى الله عليه وسلم)"لكل داء دواء فإذا أصيب الدواء الداء برئ بإذن الله تعالى"رواه مسلم..وعن ابن عباس (رضى الله عنهما) أن رسول الله (صلى

الله عليه وسلم) قال"الشفاء فى ثلاث.شربة عسل وشرطة محجم وكية نار وأنا أنهى أمتى عن الكى" رواه البخارى.. وعن جابر بن عبد الله رضى الله عنه قال.سمعت رسول الله (صلى الله عليه وسلم) يقول"إن كان فى شئ من أدويتكم خيرففى شرطة محجم أو شربة عسل أو كية نار توافق الداء وما أحب أن أكتوى"رواه البخارى ومسلم.. وعن ابن عباس (رضى الله عنهما) قال. إحتجم النبى (صلى الله عليه وسلم) فى رأسه وهو محرم من وجع كان به بما يقال له لحى جمل . رواه البخارى .. وعن ابن عباس (رضى الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم إحتجم وهو محرم فى رأسه من شقيقة كانت به . رواه البخارى . والشقيقة . هى الصداع النصفى .. وعن ابن عباس (رضى الله عنهما) قال أن النبى (صلى الله عليه وسلم)إحتجم وهو صائم.رواه البخارى. والكى هو أخر العلاج.وبه من الأشفية والمنافع ماليس فى غيره.وقد رأيت به شفاء لمرضى قد كويتهم طال به المرض مع أخذ العلاجات لفترات طويلة وبلغ بهم اليأس إلى حد كبير. وبه يعجز عنها الطب . وهو سرعجيب ونفع شديد وشفاء

البحث على دم الحجامة ومايخرج أثناء الحجامة..أنواعها

تعمل الحجامة على تخليص الجسم من المواد المسببه للمرض والمسببه للموت والوفاه وكرات الدم الحمراء التالفة ذات الشكل وذات الحجم وذات التركيب الغير طبيعي وتخليص الجسم من كرات الدم الحمراء الهرمة ذات العمر المنتهى التى زاد عمرهاعلى١٢٠يوم.فتخرج كرات الدم الحمراء التالفة ومنتهية العمر والتى لها دور كبير حدوث الإلتصاقات والجلطات والإنسدادات الدموية بالشرايين والأوعية الدموية . وتعمل الحجامة على إخراج الجذورالحرة الضارة التى تولد الخلايا السرطانية وتسبب حدوث الأمراض . وتعمل الحجامة على إخراج الفيروسات والبكتريا.وتعمل الحجامه على إخراج الكميات المرتفعة من البروستاجلاندين والليوكوتريين والبرادكينين والهستامين والتى تسبب الأمراض والإلتهابات.وتصل إشارة إلى المخ أثناء الحجامة فيعمل المخ على إفراز الإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون وأكسيدالنيتريكNO ولهم دورفى تقوية

وتنشـيط المناعـه والـدورة الدمويــة . وخفـض الضـغط العـالى وزيـادة الضـغط المـنخفض إلـى الحـدود الطبيعيـة للضـغط وتعمـل الحجامـة علـى خـفض إنـزيمـات الكبـد SGPT ، SGOT المرتفعـة إلـى الحـدود الطبيعية.. وتعمـل الحجامـة علـى تنشيط المناعـة ورفـع كفاءة الجسـم وتخليص الجسـم من الجـذور الحـرة الضـارة بخلايـا الجسـم السـليمة . وتعمـل الحجامـة علـى خفض أمـلاح الكالسـيوم وأمـلاح الصـوديوم والبوتاسـيوم المرتفعـة إلـى الحـدود الطبيعيـة . وتعمـل الحجامـة علـى خفض إنـزيم الألكـالين فوسـفاتيز المرتفـع . وتعمـل الحجامـة علـى تقليـل حمـض البوليك المرتفع وتقليل الكرياتيـنين المـرتفع . وتعمل الحجـامة علـى خفض سكر الدم المرتفع إلـى الحدود الطبيعيـة . وتعمل الحجامـة على ضبط معدل كرات الـدم الحمراء والبيضاء والهيموجلوبين والصفائح الدمويـة. وتعمـل علـى خفض سـرعة الترسيبE.S.R. وتعمل علـى تقويـة عضلة القلب وإعتدال وظـائف القلب والكبد وبذلك يكون الدم الذى يخرج أثناء الحجامة يحتوى على أشكال كرات الدم الحمراء التالفة والشاذة والهرمة . ومن إعجازالحجامـة أنهـا تعمل علـى إخـراج كرات الـدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتركيب والعمر ولايتم فقدان كـرات دم حمـراء سليمة طبيعية . هذا وما فعل إنسان الحجامة إلا كـان شعوره أفضل بعدها. ويكفـى فى العلاج بالحجامـة أنهـا إخـراج للمـواد التالفـة والشـاذة بالجسم دون دخـول أدنـى مركبات إليه.وفيها سرعجيب للوقاية والشفاء.والحجامة منها الجافة بدون تشريط والدموية بالتشريط وإخراج الدم والمنزلقة بالزيت وكل منهم لة فائدة كبيرة

كيف يتم عمل الحجامة.أفضل وضع.أفضل مدة للكأس.أفضل أيام.أفضل تشريط

يتم عمل الحجامـة بـأن ينـام الإنسـان الـذى يريـد أن يعمـل الحجامـة ويكـون مسـتوياً علـى السـرير وأفضـل عمـل للحجامـة والإنسـان مسـتوي علـى ظهـره أوعلـى بطنـه وهذا لا يشعره بالدوار أو الدوخة ويصبح أكثر إتزانـاً.ويـتم وضـع كـأس الحجامـة علـى المكـان المـراد لمـدة ٥ دقـائق ويـتم بعـد ذلـك تشـريط مكـان كـأس الحجامـة تشـريطاً خفيفـاً بـالطول أوفـى إتجـاة تجاعيـد الجسـم والخطـوط التـى بـه.ويـتم وضـع كأس الحجامة على نفس المكان لمدة ٥ دقـائق ويكررعلـى نفس المكان إذا خـرج

الدم من مكان التشريط بعد رفع كأس الحجامة وتنظيفه.وتصل قوة الشفط بكاسات الحجامة إلى ما يزيد على أكثر من ١٠ سم إلى الداخل والحجامة لها أنواع كثيرة وأفضلها الحجامة الدموية التى يتم فيها تشريط الجلد ومنها المنزلقة بالزيت والجافة بدون تشريط . وتستعمل أدوات الحجامة مرة واحدة حتى لو كانت لنفس الشخص تستعمل مرة واحدة فقط . وتكون الحجامة فى كل أيام الشهر وهى مفيدة طوال الشهر وفى كل أيام الأسبوع وكل أوقات اليوم وتزداد فائدة الحجامة أكثر فى الأيام القمرية من الثالث عشر إلى الثالث والعشرون وأفضلها١٧و١٩و٢١ من الشهرالهجرى. وتكررالحجامة حتى يتم الشفاء. ويفضل عدم عمل الحجامة والإنسان جالس . لأنة قد يحدث تحفيز للأعصاب المهدئة فيشعرالإنسان بالهبوط والدوران والدوخة ويسقط على الأرض وتحدث مشاكل.ورأيته مع بعض الناس

تأثيرالحجامة على الجسم. اللون●الأحمرالأكثر أهميه..... اللون○أصفر أقل أهميه

١ـتأثيرالحجامة على الجلد والعضلات

تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق الدم إلى الخلايا. وتعمل الحجامة على رفع كفاءة جهاز المناعة وزيادة تغذية الجلد وبصيلات الشعر التى فى الجلد.والجلد هو أكبر أعضاء الجسم وأحد أجزاء جهاز المناعة وتعمل الحجامة على التخلص من كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتركيب والعمروالتى زادعمرهاالأكثرمن١٢٠ يوم.تخرج كرات الدم الحمراء التالفة ومنتهية العمر والتى لها دوركبيرفى حدوث الإلتصاقات والجلطات والإنسدادات الدموية بالشرايين والأوعية الدموية.وتعمل الحجامة على إخراج الجذورالحرة الضارة التى تولدالخلاياالسرطانية وتسبب حدوث الأمراض .وتعمل الحجامة على إخراج الفيروسات والبكتريا.وتعمل الحجامه على إخراج الكميات المرتفعة من البروستاجلاندين واللليوكوتريين والبرادكينين والهستامين والتى تسبب الأمراض والإلتهابات.وتصل إشارة إلى المخ من الأعصاب الطرفية.فيفرز المخ الإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون وأكسيدالنيتريكNO

والنيكوتين ومواد أخرى مفيدة.ولهم دورفى تقوية وتنشيط المناعه والدورة الدموية.والتخلص من الركود الدموى بالجسم . وتعمل الحجامة على زيادة نشاط الغدد التى بالجلد ممايعمل على تفتيح مسام الجلد. وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية بالعضلات وزيادة إفراز مادة أكسيد النيتريك NO التى تزيد من تدفق الدم إلى الخلايا وتوصيل الغذاء والأكسجين اللازم للخلايا.وتعمل الحجامة على تقليل الإلتهابات وتقليل المواد المسببة للألم مثل مادة البراديكينين والليوكوتريين والبروستاجلاندين والهستامين ذات الحد المرتفع عن المعدل الطبيعى للجسم . والله أعلم

٢.تأثير الحجامة على العظام والمفاصل

تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية بالمفاصل وبذلك يزداد تدفق الدم إلى الخلايا التى فى العظام وتزداد مادة أكسيد النيتريك NO التى لها دور قوى فى زيادة تدفق ووصول الدم إلى الخلايا وتوصيل الغذاء والأكسجين اللازم للخلايا وتعمل الحجامة على تنشيط الغشاء السينوفى الذى يساعد فى إفراز السائل السينوفى الذى له دور كبير فى تقليل الإحتكاك المفصلى العظمى ويعمل هذا السائل السينوفى على تسهيل الحركة وتعمل الحجامة على إخراج المواد المترسبة التالفة الضارة من المفاصل مثل بللورات حمض البوليك والأملاح الأخرى التى تؤثر سلبيا على الحركة الطبيعية للمفاصل بدون حدوث أضرار

٣.تأثير الحجامة على الأوعية الدموية والجهاز الهضمى

تعمل الحجامة على تقوية جدران الأوعية الدموية وتقليل الإلتهابات وزيادة خاصية المرونة بالأوعية الدموية وتعمل الحجامة على تنظيم إفراز أحماض وإنزيمات المعدة مما يعمل على تحسين عملية الهضم والتمثيل الغذائى وتعمل الحجامة على تنشيط خلايا الكبد والبنكرياس وزيادة كفاءة خلايا الكبد وخلايا الجسم وتصبح الجدران الداخلية للأوعية نظيفة من الترسيبات الضارة

٤.تـــــأثير الحجامــــــة علـــــى الجهـــــاز العصـــــبى

تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وتقليل الإحساس بـالألم وتقليل المـواد المســــــببة للألـــــم مثـــــل الليوكـــــوتريين والبـــــراديكينين وتعمل على تنظيم الإشارات العصبية وزيادة سـرعة التوصيـل العصبى الحركى

٥.تـــــأثير الحجامــــة علــــى تســـكين الألـــم والإلتهابــــات.

وتعمـل الحجامـة علـى إخـراج المـواد التـى لهـا دور فـى حـدوث الألـم مثـل مـادة البروسـتاجلاندين والبـراديكينين والليوكـوتريين والهسـتامين ونواقـل الإلتهابـات وتعمــل الحجامــة علــى تنشــيط الــدورة الدمويــة وزيــادة إفــراز الكــورتيزون والإنـدورفين والإنكفـالين والمـورفين وأكسـيدالنيتريك.ولهـم دور فـى تقليـل الألـم وتعمـل الحجامـة علـى زيـادة إفرازأكسيد النيتريك NO الـذى لـه دور فـى تنشيط الـــــدورة الدمويــــــة وزيــــــادة تــــــدفق الـــــدم إلــــى الخلايــــا وتعمـل الحجامـة علـى تقليـل الألـم عن طريـق إنسـداد المسـارات العصـبية الناقلـة للإحساس وتعمل على شغل مسارات الأعصاب النـاقلة للألم وبالتالى لا يصل الألم إلــى خلايــا المــخ . وتعمــل الحجامــة علــى تنظـيم مســارات الطاقـة المغناطيسـية والحرارية التى فى الجسم مما يعمل على تقليل الألم والإلتهابات بالجسم . ورأيت للحجامة أثرعظيم لمرضى طال مرضهم وألآمهم مع أخذهم بأسباب العلاج،الدواء وأعلم أن الحجامه تخرج المواد المسببه للإلتهابات والمسببه للمرض والوفاه

٦..فائدة الحجامة على الأماكن العامة.٧سبعة أماكن مفيـدة

والحجامة العامة.سبعة أماكن.وهى مفيدة لعموم خلاياالجسم وخلايــا الأعضــاء **الأولى.على الكاهل وهى على الفقرة السابعـة العنقيـةC7 وهى العظمـة البارزة** أسفل الرقبة مباشرة وتظهر عند إنحناء الرأس للأمام.وهذا المكان يكون بـة تـراكم كثيرللخلايـا التالفـة والخلايـا السـرطانية والجـذور الحـرة وكـرات الـدم الحمراءالتالفــة فــى الشكــل والحجــم والتركيــب والعمــر ومــواد الإلتهابــات المرتفعة.وهذا المكان به أوعية دموية كثيرة ودقيقة وعنكبوتية الشكل.فالحجـامة

هنــاعلىC7تأخذ الفقـرات التـى قبلهـا والتـى بعدها وتعمل علـى تقويـة الفقرات العنقية وتنشيط الدورة الدمويـة والتخلـص من الخـلايـا التالفـة المتـراكمـة فيـــه

الثانيـة..وتكـون علـى الفقـرة السـابعة الصـدريةT7 لأعلـى وهـى أمـام منتصـف الصــدر مابيــن الحلمتيـــن مــن الخلـــف لأعلـى.فـإذا أخـذت خطـا مـن الحلمتين للخلف يكون كأس الحجامة فى المنتصف على العمود الفقرى أعلى هذا الخط مباشرة وتقع أمام الغدة التيموثيـة THYMUS GLAND وتعمل الحجامـة على تنشيط وتنظيم عمل الغدة التيموسية وتنشيط الـدورة الدمويـة والمناعـة وتعمل الغــدة التيموســيـة علـــى ضـــبط وتنظـــيم جهازالمناعـــة.وتكسيرالفيروســـات والبكترياوالخلاياالسـرطانية والجـذورالحــرة الضـارة والأجسـام الغريبـة والخلايـا التالفة بالجسم

الثالثة.أمام حلمة الصدراليسرى من الخلف لأعلى وتكون يسار الثانية قليلا. وهـى تقـع علـى القلـب والـرئــة اليســرى . وتعمـل الحجـامـة علـى تقويـة وتنظيم أداء القلب والرئـة. وتحمى القلب من حدوث الجلطـات والأزمـات القلبيـة . وتقلل الكوليستيرول والدهون المترسبة بالأوعية الدموية . وتزيـد مـن تـدفق الـدم والأكسجين إلى عضلة القلب وإخراج الخلايا التالفة وكرات الدم الحمـراء التالفـة ومنتهيـة العمـر والجـذور الحـرة الضـارة والخلايـا السـرطانية ومـواد الإلتهابـات المتراكمة الزائـدة بالجسم . وتصبح عضلـة القلب أفضل فـى الأداء وأكثر كفـاءة ويـزداد تـدفق الـدم خـلال الشـرايين التاجيــة التـى تصـبح أكثرمرونــة .. وتعمـل الحجامة على زيادة كفاءة الرئة وتنظيم أدائها . وإنتظـام معدل التنفس . وزيـادة إفـراز الإنكفـالين والإنــدورفين والمـورفين والكـورتيزون الطبيعـى المفيـد للرئــة والجسم والمنـاعة والـدورة الدمويـة . وتعمل الحجامة على تنظيم حجم وسرعة وتـدفق دخـول وخـروج الهـواء بالرئــة . وتتحسـن حركـة وإنتقـال الأكسـجين مـن الرئتين إلى الدم . ويتحسن حجـم وسعة الرئة . ويصـــبح معــدل التنـفس طبيعى

الرابعة.. وتكون أمام حلمة الصدراليمنى من الخلف لأعلى .

وتكون على الرئة اليمنى وتفيد خلايا الرئة والمناعة والدورة الدموية وخلايا الجسم كله.

الخامسة.. أسفل الظهروتكون على الفقرات القطنية الرابعة والخامسة والأولى العجيزية..L4.L5...S1., فإذا أخذت خطا من أعلى نقطة عظمتى الحوض للخلف يكون كأس الحجامة على هذا الخط من الخلف على العمود الفقرى وهذا أضعف مكان بالعمود الفقرى . والأعصاب التى تمرخلاله هى التى تغذى الطرف السفلى ومسئوله عن الحركة والأحساس بالطرف السفلى . فالحجامة على الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجزية تقوى الفقرات وتقلل الإلتهابات وتمنع حدوث الإنزلاق الغضروفى وخشونة الفقرات.

وتعمل الحجامة على تغذية وضبط الحركة والإحساس بالطرف السفلى.والحجامة على الأماكن الخمسة وقاية وعلاج

السادسة...اليافوخ ..منتصف الرأس من أعلى..نأخذ خطا من الأذنين ومنتصف الجسم وهى تقلل الضغط المرتفع وتحسن الدورة الدموية وتقلل القصورالشريانى للمخ وتمنع حدوث السكتات الدماغية بخلاياالمخ

السابعه...منتصف الصدربين حلمتى الصدرمن الأمام لتقوية المناعة وهي لأمراض كثيروتقوى عملT7.

شكل كرات الدم الغيرطبيعية. .شكل كرات الدم الطبيعية



قـواعـــــد الـحـجــــامة

١...نفعل الحجامـة على مكـان الألـم أوعلـى العضـو المـريض مـع زيـادة الفقـرة السابعة العنقية C7..والفقرة السابعة الصدرية T7

٢ـ الحجامة تكون والإنسـان مستلقيا (نـائمـا)...ولا تكون عنـد الجلوس أبـدا لمنـع حدوث مضاعفات عصب الباراسيمباثتك مثل الترجيع والعرق والدوخه والإغماء

٣ـ الحجامة فالوجة تكون بـالوغز بـالإبر...ولاتكون بالتشريط أبدا حتـى لا تتـرك علامات بالوجه

٤ـ يتم وضع كأس الحجامة ٥ دقائق ثم يتم التشريط ويتم وضعة ٥ دقائق أخرى بعد التشـريط ولا يـتم وضـعة ثالـثة الإ إذا خـرج الـدم بـدون الشـفط ... والإ حـدث تجمع للبلازما والسوائل تحت الجلد وحدث الضرر للجلد وتسلخات

٥ـ تعمل الحجامـة على خروج مسببات الأمـراض ومسببات المـوت دون خـروج المواد النـافعه ودون حدوث ضرر هذا إعجاز إلـهي

٦ـ الحجامة مفيدة كل يوم وتذاد فوائدها أكثرفي ١٧و١٩و٢١من الشـهر الـهجري

٧ـ الحجامة على السبعة أماكن وقاية وشفاء

٨ـ الحجامة على قلة الطعام أفضل من الحجامة على كثرتة

الجذورالحرة الشاردة وماذا تفعل..فى كل يوم تواجه خلايا الجسم

عشـــرات الألآف من الجذور الحرة المدمرة لخلايا الجسم السليمة والجزور الحرة عبارة عن ذرة أومجموعة من الذرات تحتوي على إلكترون غير مزدوج على الأقل وعندما يتحول الإلكترون من مزدوج إلى غير مزدوج فإن خطره يزيد ويصبح غير مستقر وعموما فإن هذه الجذور الحرة تنتج طبيعيا من خلال التفاعلات الحيوية داخل الجسم الذي يحاول أن ينظم تركيز هذه الجذور الحرة. ولذلك فإن تواجد هذه الجذور الحرة في الدم بتركيز منخفض يعتبر أمرا طبيعيا ولكن المشكلة تكمن عندما يزيد تركيز هذه الجذور الحرة . وعموما فإن إستهلاك كميات كبيرة من الأوكسجين يؤدي إلى إنتاج هذه الجذور الحرة . وهى غيرمستقرة لأنها فقدت إلكتروناً من خلال التعرض لضوء الشمس المستمر أو التلوث الجوى وتلوث الطعام وتلوث المياه وتظل الجذور الحرة الضارة تدور فى الجسم حتى تنجح فى الحصول على إلكترون من جزيئات الخلايا السليمة بالجسم وبذلك تصل إلى الإستقرار مولدة المزيد والمزيد من الجذور الحرة الضارة التى أخذت منها هذا الإلكترون . وتعمل الجذور الحرة على إلتصاق الكوليستيرول بجدران الأوعية الدموية مما يسبب أمراض القلب والضغط وغيرها وتدمير الحمض النووى للخلايا مما يسبب ظهور الخلايا السرطانية فى الأعضاء التى تهاجمها وإذا لم تجد الجذور الحرة ما يوقفها ويقضى عليها فإنها تسبب تلفاً لا إصلاح له وتزداد الجذور الحرة الضارة بالمأكولات المعلبة والمواد الحافظة مثل

اللنشون والبيفي والبرجر الذى يحتوى الجرام منه على ما يقرب من عشرة ملايين ميكروب . وتزداد الجزور الحرة الضارة بالمأكولت الآتيه :

اللانشون والبيفي والبرجر والدهون والمواد الحافظة والمعلبات مثل العصير المعلب والمياه الغازية كلها والمعلبات كلها والسكر والحلويات المصنوعة من السكروالملح والدقيق الأبيض منزوع الردة واللحوم الحمراء والدهون والمأكولات المقلية والمحمرة بالمطاعم والتدخين .. وتزداد الجزور الحرة الضارة بالخلايا السليمة بزيادة عمليات الأكسدة وفقد الإلكترونات وذلك مثل الحديد الذى يتأكسد ويصدأ ومثل قطعة الموز التى تقطعها وتتركها فهى تسود وذلك لتعرضها للجذور الحرة .. والجذور الحرة تساعد فى حدوث الأمراض السرطانية والشيخوخة وتصلب الشرايين وأمراض ضعف البصر وتقلل الجذور الحرة الضارة من كفاءة جهاز المناعة .. وتتولد الجذور الحرة فى الجسم أثناء إنتاج الطاقة وعمليات التنفس وتعمل الجذور الحرة الضارة على إلتصاق الكوليستيرول بجدران الأوعية الدموية وإنسدادها وبذلك تكون الجذور الحرة عدو قاتل شرس وتتحول الجزورالحرة بسرعة لخلايا سرطانية مسببه السرطان لأعضاء الجسم.وتعمل الجذور الحرة على ضعف الجهازالمناعى والدورة الدموية.ووجودها بالجسم بكمية قليلة أمر طبيعى وحيوى للعمليات البيولوجية.

ولكن كيف نقى أنفسنا من هذه الجذور الحرة الضارة

نقى أنفسنا من الجذور الحرة الضارة بالمأكولات التى تحتوى على مضادات الأكسدة والبعدعن المأكولات المعلبة والمواد الحافظة والسكر والحلويات المصنوعة منه والدهون والملح والدقيق الأبيض وتناول مضادات الأكسدة بإستمرار يقلل الجذور الحرة الضارة بالجسم والخضروات والفاكهه تقللها



مضادات الأكسدة ...إن مضادات الأكسدة الطبيعية لها القدرة على رفع كفاءة الجهاز المناعى والقضاء على الجذور الحرة الضارة باستمراروالقضاء على الأمراض والخلايا السرطانية ورفع كفاءة وظائف خلايا أعضاء الجسم..ومضادات الأكسدة الطبيعية تتوافر فى المأكولات الآتيه :

١.الجزروعصير الجزر والبطاطا والكانتلوب والسبانخ والعنب الأحمر والأسود والخضروات ذات الألوان الداكنة . لهم دور فى القضاء على الجزور الحرة وتنشيط جهاز المناعة وذلك لإحتوائهم على البيتا والألفا كاروتين

٢.البطاطاوالسبانخ والبليلة وفول الصويا وزيتة . لهم دور كبير فى القضاء على الجذور الحرة ورفع كفاءة المناعة والدورة الدموية لإحتوائهم على فيتامين هـ

٣.البروكلى والبرتقال والفلفل الأحمرالبارد والموز والأفوكاتو والبليلة والسودانى وفول الصويا وزيته ولحوم الطيور . لهم القدرة على القضاء على الجذور الحرة الضارة وتنشيط جهاز المناعة والدورة الدموية لإحتوائهم على فيتامينC..

٤.المأكولات البحرية والأسماك لإحتوائها على الأميجا٣ والطيور المنزلية..

٥.ورق الزيتون .. وزيت الزيتون زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغير مشبعة ويقلل الدهون الثلاثية والكوليستيرول وله دور قوى فى القضاء على الجذور الحرة الضارة ويعمل على تنشيط جهاز المناعة والدورة الدموية وذلك لإحتوائه على الفيتامينات والأملاح المعدينة ومادة الأولوروبين والبولى فينول ومضادات الأكسدة ويحمى الجسم والقلب من الجلطات ويقلل الضغط والسكر.

٦.الشاى الأخضر . له القدرة على القضاء على

الجذور الحرة الضارة ويعمل على تنشيط جهاز المناعة وذلك لإحتوائه على مركب الهوجالات الإيبيجالوكاتشين والبوليفينول ومضادات الأكسدة ..٧. الثوم . له القدرة على القضاء على الجذور الحرة الضارة وتنشيط جهاز المناعة وذلك لإحتوائه على المركبات الآتيه : الجاريسيلين.الإس أليلسيتين.والديااليل ترايسلفايد والأليين والأليناز ومضادات الأكسدة والفيتامينات..٨.التفاح والبصل . لإحتوائهم على الكوريستين المفيد فى القضاء على الجذورالحرة الضارة وتنشيط جهاز المناعة..٩.الزنجبيل . يقضى على الجزور الحرة الضارة ويعمل على تنشيط جهاز المناعة والدورة الدموية لإحتوائه على المركبات الآتيه: الجنجيرول والمونوتربين واللينالول والشاواجول..١٠.الكركم . له القدرة على القضاء على الجذور الحرة الضارة وتنشيط جهاز المناعة وذلك لإحتوائه على إنزيم الكركومين...١١.الخميرة . تقضى على الجذور الحرة الضارة لإحتوائها على٤٢ مركب مفيد منها ١٢فيتامين.١٤معدناجوهيا.١٦حمضامفيدا..١٢.العسل . يقضى على الجذور الحرة الضارة ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وتنشيط جهاز المناعة لإحتوائه على الأملاح المعدنية والفيتامينات والأحماض المفيدة والإنزيمات الحيوية...١٣.حبوب اللقاح وبروبليز النحل والشمع وغذاء الملكات ١٤..ورق الزيتون..لة فوائد عديدة وهو إعجاز علاجى شفاءى لم أرى مثلة



مدينــــة.نصــر.الحــى العــاشــر. المنطقـــــة التــاســـعة.ق١٨.ب٢٨
ت.٠١١١٧٧١٥٤٥٨...........مرخـــص مـــن وزارة الصـــــحة
للدكتورمحـــمدأحــمــدمحمود.. أعشـــاب طبـــية ومكــملات غـذائية



٣...الباب الثالث.النحل ومنتجاته.وكيفية إستخدامه فى العلاج

بسم الله الرحمن الرحيم "وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ (٦٨) ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (٦٩)

منتجـات النحـل.١.سـم النحـل .٢.صمـغ النحــل(البروبليز) .٣.العســل .٤.شمع النحـل .٥.غذاء الملكات .٦.حبوب اللقـاح .٧.الحضـانات

١...العــــــــــــلاج بســــــــــــم النحـــــــــــل

لدغ النحل (المركبات التى تخرج عند اللدغ)... يستخدم العلاج بلدغ النحل منذ قرون وتتكون آله اللسع من.غدة.قناة . وكيس السم . وإبرة اللسع . وطول إبرة اللسع ٢ ملليمتر وقطرها ٠,١ ملليمتر . ويتم تخزين سم النحل فى كيس السم وسم النحل شفاف و ذو رائحة عطرية لاذعة قريبة من رائحة العسل وطعمه مر وهـو حامضـى ويحتـوى لسـع النحـل علـى مركبـات كثيـرة جـدآ منهـا . حمـض الهيـدروكلوريك وحمـض الفورميـك وحمـض الأرثوفوسـفوريك والكالسـين والهستامين والتربتوفان وفوسفات الماغنيسيوم والكبريت والملتين والأدلوبين والأبـامين والفوسـفوليبيز أ.(١ ، ٢) وإنـزيم الهيالونرونديزوالـدوبامين والنحـاس والكالسيوم والبروتينات والبيبتيدات والزيوت الطيارة . ولسم النحل دور كبير فى تقليل الإلتهابات وتنشيـط الــدورة الدمويـة والمناعـة وتحفيز إفراز الكورتيزون

وتنشيط الإستجابة العصبية وتنظيم وتنشيط الجهاز المناعى وشفاء الأمراض الروماتيزمية لأنه يقلل الألم ويقلل الإلتهابات ويعمل على زيادة إفراز الكوريزون الطبيعى وشفاء للإلتهاب السحائى وشفاء لإلتهاب ملتحمة العين والقزحية وله أثر فعال فى علاج روماتيزم القلب ويخفض ضغط الدم المرتفع وشفاء للأمراض الجلدية ويقوى الأعصاب وشفاء فعال لقرح الجلد ويقتل الفيروسات والبكتريا جميعا وفعال في تنشيط المناعة والدورة الدموية.

فوائد سم النحل.1.رفع كفاءة الجهاز المناعى2.شفاء الحمى الروماتيزمية وألآم المفاصل والعضلات الروماتيزمية.3.شفاء لإلتهابات الأعصاب.4.شفاء عرق النسا.5.يقضى على الجذور الحرة الضارة.6.شفاء لمرض الملاريا وشفاء لمرض الذئبة الحمراء وشفاء لمرض الصدفية.7.تقليل إنتشار الخلايا السرطانية.8.شفاء لشلل عصب الوجه (شلل بل) 9.شفاء لتضخم الغدة الدرقية ويخفض ضغط الدم المرتفع.10.شفاء لسيولة التجلط الدموى.11.علاج لتسمم الحمل والإجهاد المتكرر.12.معالج لأمراض مثل الروماتيزم وإلتهاب المفاصل والإنزلاق الغضروفى وضمور العصب السمعى والروماتويدوعرق النسا وخشونة المفاصل وضيق الشرايين والصداع والصداع النصفى الحادوالمزمن.13.إستقرارحالة الكبد مع فيرس سى والشفاء تماما من فيرس بى.14.والكهرباءالزائدة بالمخ والتبول الليلى وضعف النظر وأمراض الجيوب الأنفية والإدمان.15.وسم النحل يقوم بالتنظيم التلقائي لضغط الدم بمعنى أنه يقوم بخفض الضغط العالي و رفع الضغط المنخفض كما يستخدم فى علاج الزهايمر والإيدز ومرض السكر وتقليل مخاطر ومضاعفات فيرس الكبد الوبائي cوكل ما يفرزه النحل ضروري لصحة الإنسان . وإستنشاق هواء الخلية يعالج أمراض الجهازالتنفسي العلوى والسفلى ويقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات

كيفية إستخدام لدغ النحل ... نبدأ أولاً بلدغة واحدة ويتم وضع قطعة ثلج فى المكان المراد اللدغ فيه قبل اللدغ فقط وليس بعدة وذلك لتقليل

الإحساس بألم اللدغ ويتم نزع اللدغة بعد مرور نصف ساعة ونبدأ اللدغ بواحدة ثم راحة ثلاثة أيام ونزيد العدد إلى ثلاثة لدغات ثم راحة ثلاثة أيام ثم نزيد العدد إلى خمسة لدغات وهكذا نزيد عدد اللدغات تدريجياً حتى سبعة . وربما يسبب لدغ النحل إحمرار بالجلد وتورم وهذا طبيعى ولا داعى للقلق وأكثر الأماكن لها حساسية ويزداد فيها التورم من اللدغ هى . الوجه. اليدين والقدمين والأعضاء التناسلية. وربما يسبب اللدغ هرش موضعى وتزول بعمل كمادات ماء بارد عليها وبعض الناس لديهم حساسية من لدغ النحل ولكن الإلتزام باللدغ التدريجى والابتداء بلدغة واحدة يقلل هذه الحساسية . وبعض الناس يحتاجون إلى أقراص مضادة للحساسية قبل اللدغ وقد يسبب اللدغ ترجيع وهبوط بضغط الدم .



٢...صمـغ النحـل (البـــروبليـــز) أوالعكبـــــــــر... مادة راتنجيـة شمعية التكوين تجمعها الشغالات ولونها من الأخضر إلى البنى ويرجع ذلك إلى نـوع المـواد التـى تجمعهـا الشـغالات وهـو حمايـة لخليـة النحـل مـن الملوثـات والميكروبـات ويـتم وضـعه علـى الأعداء التـى تهـاجم خليـة النحـل بعد قتلهـا مثـل الفئـران والسـحالى وغيرهـا التـى يعجـز النحـل عـن إخراجهـا مـن الخليـة بعـد الإنقضاض عليها وقتلها ويعمل النحل على تحنيطها بهذا الصمغ وبالتالى يمنع تعفنها بالخلية وذلك حفاظـاً علـى خليـة النحل وهو مـركـب معقـد جـداً.

مكونـات صمــغ النحــل... يحتوى صمغ النحل على مركبات كثيرة جداً منها حمض الكافاييك والسيلرودان والأرتيبلين س والفلافونيات وحمض الجالانين وحمـض السـيناميك وحمـض الفريوليـك ومـواد راتنجيـة وزيـوت طيـارة وشـمع وأحماض دهنية وتربينات وإفرازات الـغدد اللعابية لـلـنـحـل ومكونـــات أخرى

فـوائـــد صمـــغ النحـل (البروبليـز أوالعكبـر)...١.مضـاد للأمـراض الفيروسـية لإحتوائـه علـى مـواد قاتلـة للفيروسـات والفلافونيـات...٢.يقضـى علـى البكتريـــا والفطريـــات وذلـــك لإحتوائـــه علـــى حمـــض الســـيناميك وحمـــض الفريوليـك...٣.مضـاد حيـوى طبيعـى واسـع المـدى وذلـك لإحتوائـه علـى حمـض الكافيك والجالانين...٤.مطهر قوى ومفيد فى علاج الجروح والقطوع والتسلخات والحـروق والقـرح الجلديـة جميـع الأمـراض الجلديـة...٥.مفيـد فـى عـلاج القـرح الداخلية مثل قرحة المعدة والإثنى عشر والقولـون...٦.يقضـى علـى الجذور الحرة الضـارة...٦.يقـاوم ويقلـل مـن إنتشـار الخلايـا السـرطانية ويوقـف عمـل الخلايـا

السرطانية...٧.يوقف النزيف ويوقف نمو الأورام الخبيثة...٨.مفيد في علاج الإكزيما المزمنة والصدفية والقرح الخارجية بالجلد



٣...العسل... هو رحيق مختوم من الأزهار والسكريات الأحادية والأملاح المعدنية والفيتامينات والإنزيمات وحبوب اللقاح والبروتينات ويختلف شكله بإختلاف الزهور التى يتغذى عليها النحل .

تركيب العسل... روى فى سنن ابن ماجه مرفوعا من حديث أبى هريرة أن النبى صلى الله عليه وسلم قال (من لعق العسل ثلاث غدوات كل شهر لم يصيبه عظيم من البلاء) وفى أثر أخر (عليكم بالشفائين العسل والقران) .. هو جلاء للأوساخ التى فى الجسم والعروق والأمعاء ومحلل للرطوبات أكلا ودهانا ونافع للكباروالأطفال وأصحاب البلغم وهو مغذى ومفيد للطبيعة وحركة الأمعاء ومنق للكبد والصدر ومدر للبول ونافع فى عضه الكلب ولمن يشرب الأفيون ويحفظ الطعام الذى يدخل فيه ويقتل القمل دهانا ويقوى الشعر ويغذيه وينعمه ويطوله ومفيد للعين إكتحالا وينظف الأسنان ويقويها وهو غذاء مع الأغذية ودواء مع الأدوية وشراب مع الأشربة وحلو مع الحلوى وطلاء مع الأطلية وأنفع . وكان النبى صلى الله عليه وسلم يشربه مع الماء على الريق وهو سر بديع لحفظ الصحة.. ويتكون العسل من مركبات كثيرة جداً منها البروتينات والأملاح المعدنية مثل الحديد والنحاس والمنجنيز والكالسيوم والكبريت والصوديوم والفوسفوروغير ذلك من الأملاح المعدنية الكثيرة . ويحتوى العسل على الأحماض الأمينية التى يحتاجها الجسم والسكريات الأحادية . ويحتوى العسل على الفيتامينات الكثيرة منها فيتامين ب١ وهو الثيامين وفيتامين ب٢ وهو الريبوفلافين وفيتامين ب٣ وهو البانتوثينيك وفيتامين ب٥ وهوالنياسين

وفيتامين ب٦ وهو البيريدوكسين وفيتامين C والكاروتين وفيتامين هـ ومضادات الأكسدة . ويحتوى العسل على إنزيمات كثيرة جداً مثل إنزيم الإنفرتيز وإنزيم الأميليز وإنزيم الدياستيز وإنزيم الكاتاليز وإنزيم الفوسفاتيز . ويحتوى العسل على الأحماض العضوية المفيدة مثل حمض الفورميك وحمض الستريك وحمض الخليك وحمض اللاكتيك وحمض البيوتريك وحمض التانيك وحمض الاوكساليك وحمض الطرطريك . ومقياس العسل الحقيقي الذى يدل على جودته هو عدم وجود مادة الهيدروكسى ميثيل فورفورال .. والعسل الطبيعى الخام لا يحتوى على هذه المادة إطلاقا وبزادة هذه المادة تقل كفاءة العسل .

فوائد عسل النحل العلاجية الطبية :

١.يقضى على الجزور الحرة الضارة بخلايا الجسم السليمة...٢. يشفى الإسهال ويجب على مرضى الإسهال شراب العسل المخفف بالماء حتى الشفاء...٣.شفاء للتبول الليلى وتنشيط التمثيل الغذائى...٤.يقضى على الفيروسات والبكتريا والفطريات...٥.يقوى الكبد ويقضى على فيروسات الكبد...٦.يقوى المناعة ويقوي الجسم ويرفع نسبة الهيموجلوبين ويحسن صورة الدم...٧.يعالج الكحة ويقلل الإلتهابات...٨.مفيد جداً فى الحروق والجروح ويمنع الزيف الدموي الداخلي و الخارجي ومطهر قوي للجروح...٩.له تأثير مدرللبول ومنشط للكلى والكبد..١٠.يقضي على الخلايا السرطانية.١١.يقضي على قرحة المعدة

٤ ...شمــــع الـنحـــــــــــل...تفرزه شغالات النحل من الغدة اللعابية

و هـو مركـب معقـد يحتـوي علـى مركبـات كثيـرة جـدا منهـا الأحمـاض الدهنيـة والسيراتين والنيوسياتين والميليسين واالمونتامنين . مواد هيدروكربونيـة مشبعة مثل.البنتاكوزان والهيبتاكوزان والجنبراكونتان ومواد عطرية ومواد معدنيـــــة

فوائد شمع النحل الطبيـة١ـمفيد جدا في شفاء الجيوب الأنفيـة والزكـام

ونوبـات إنسداد الانـف.٢ـوقايـة للجهـاز التنفسـي والأمـراض الصـدرية٣ـمفيدجـدا لقرح الجلد والحروق ويقلل الإلتهابات ويقتل البكتريا...يتم مضعه لفـــترات طويلة



٥..غـــــذاء المـلكـــات.. سائل شفاف تفرزه شغالات النحل وذلك لتغذيـة الملكة.ويحتوي على الفيتامـينات والـهــرمونات والأحماض والبروتيـــنات الكثيرة

فوائد غذاء الملكات الطبيـة..١.. يقوي وينشط جهازالمناعة ويقضى على الجذور الحرة الضارة..٢.. يعمل على تنشيط الدورة الدموية ويقلل الكوليستيرول والـــدهون الثلاثيـــة..٣.. مفيـــد جـــدا فـــي عـــلاج الأنيميـــا ورفـــع نســـبة الهيموجلـوبين..٤..مفيد جدآ فى جفاف الجلد وحب الشباب ..٥..مفيد جدا في علاج الضعف الجنسي عند الرجال والبرود الجنسي عن النساء..٦..يفيد جدا في حالة الإرهاق والقلق والتوتر والإكتئاب.ويؤدي لتحسين النمـو والنشـاط الـذهنـي



٦..حبوب اللقاح .. مواد يجمعها النحل من الزهور ثم يخلطها بالرحيق وينقلها إلى الخلية وذلك لتغذية الشغالات التي تفرز الغذاء الملكي والهرمونات والإنزيمات وغير ذلك . وهى مصدر ممتاز للبروتين وهي مصدر من مصادر الطاقة .. وتحتوي حبوب اللقاح على الفيتامينات والأملاح المعدنية والأحماض الأمينية والإنزيمات والهرمونات ومضادات البكتريا وحبوب اللقاح غنية بمواد الفيتو المفيدة جدآ مثل الكاروتين والكلوروفيل والتنينات والفيتامينات مثل فيتامين ب١ فيتامين ب٣ و فيتامين ب ٦ وفيتامين أ وفيتامين سي ، فيتامين هـ و فيتامين ك .. وتحتوي حبوب اللقاح على إنزيمات مفيدة جدا مثل إنزيم الليجيز وإنزيم الأيزومريز وإنزيم الهيدورليز وإنزيم الترانسفيرايز وإنزيم الأوكسيدوريداكتيز وتحتوي حبوب اللقاح على الأملاح المعدنية المفيدة مثل الصوديوم والالومنيوم والزرنيخ والرصاص والمنجنيز والزنك والنيكل والنحاس والباريوم والبارليوم والساباريوم والسترينوم والموليبدوم والتيتانيوم والفاندوم والكروم والبورون والكالسيوم والحديد والفلورين والكوبالت والقصدير والسيليكون والفوسفور والبوتاسيوم واليود والسيلينيوم .

فوائد حبوب اللقاح .. تقوية الجسم والكبد وتحسين القدرة على الإنجاب ورفع كفاءة الحيوانات المنوية ورفع كفاءة الجسم والمناعة . وتقوية الاوعية الدموية الضعيفة وذلك لإحتوائها على مركب الروتين . والقضاء على الجذور الحرة الضارة لإحتوائها على الفلافونيات ومضادات الأكسدة وحمض السيناميك . ومقوي عام ويقلل الإلتهابات ويقلل النزيف الداخلى ومفيدة للحالات التى تعانى قلة النشاط والخمول وكثرة التعب .



٧.الحضنات . هي يرقات ذكرية عمرها ستة أوسبعة أيام ويتم جمعها من العيون السداسية لشمع النحل . وتحتوي اليرقات على الفيتامينات والأملاح المعدنية والأحماض الأمنينة الكثيرة ومضادات الأكسدة . وتحتوى هذه اليرقات على الفيتامينات الكثيرة مثل البيتاكاروتين وفيتامين أ وفيتامين هـ وفيتامين ب١ وفيتامين ب٢ فيتامين ب٦ والكولين وتحتوي هذه اليرقات على الأملاح المعدنية الكثيرة مثل الزنك والكادميوم والرصاص والبوتاسيوم والفسفور والكالسيوم والصويوم والماغنسيوم والحديد وتحتوي هذه اليرقات على الاحماض الأمينية الكثيرة و المفيدة مثل حمض الليسين وحمض الجلوتامك وحمض الأرجينين وحمض الهستايدين وحمض الأسبارتيك وحمض الأنالين وحمض الثيرونين وحمض الفالين وحمض التيروزين وحمض الهيدروكسيليسين وحمض الهيدروكسيبرولين وحمض الفينيل ألانين والميثيونين .

الفوائد الطبية ليرقات النحل.١.تحسين الدورة الشهرية للنساء وتقلل الألم وذلك لوجود الهرمونات.٢.تحسين الذاكرة والأداء العقلي والعصبي والنفسي.٣.رفع كفاءة الجسم ورفع كفاءة الجهاز المناعي .٤.القضاء على الجذور الحرة الضارة بالجسم.٥.تقضي على الفيروسات.٦..تحسين الأداء الجنسي للرجال وذلك لإحتوائها على الفيتامينات والأملاح المعدنية والأحماض والهرمونات



الأولـــــــــــورويبيـــــــــــــــــن

.مكمل غذائى.عشـبي.طبيـعى ١٠٠%

كونان للـتـخـســيــــــس وتـنــــســـــيق القـــــــوام

مفيدلأمراض الضغط والقلب.السكروالكبد.الكلى والرئة.القولون يزيل الدهون والكوليستيرول والإمســاك وسموم الكبد وســموم الجسم.مضاد للفيروسات والخـلايا السـرطانـية. مفيد للخـمول مقوى للمناعة.يقـوى الأعصــاب.يمـنع الجلطات.للبروستاتا والمعــدة

الأولـــورويبيــــــــن...شاي من شــجر الزيـتــون



منتجـات طبيعيـة ١٠٠% - عـلاج بـالمكملات الغذائيـة - منـتج فعـال - آمـن – صحـة – شـفاء وقاية وعلاج للأمراض – مستخلص من شجرالزيتون (الشجرة المباركة) والأعشاب الطبيعية

١..مفيد لمرضى القلب والضغط المرتفع.يقضى على الضغط المرتفع ويعمل على تنظيم وتنشيط الدورة الدموية.حماية للقلب والشرايين التاجية من الجلطات.يقلل ضيق وإنسدادالشرايين التاجية

٢..مفيـد لمرضـى الكلـى.ويعمـل علـى تنشـيط الـدورة الدمويـة للكلـى وخفـض نسـبة الكريـاتينين واليوريــا للمعــدل الطبيعــى.يزيــل الأمـــلاح والحصـــوات مـــن الجهـــاز البـــولى والكليتـــين

٣..يعمل على تنشيط جهاز المناعة والقضاء على الفيروسـات والبكتريا والفطريـات والخلايا السـرطانية والخلايا الميتـة والجــزور الحــرة الضــارة ويقــلل المـــواد المســببة للإلتهابـات

٤..مفيد لأمراض المناعة.وعلاج للخمول المزمن والإمساك المزمن والإسهال المزمن والقولـون

٥..يقضـــى علـــى الـــدهون الثلاثيـــة والكوليســـتيرول الضـــار وينشـــط الكوليســـتيرول النـــافع

٦..مفيد للأوعية الدموية ويعمل على إعادة الخاصية المطاطية للأوعية الدموية والتخلص من المـــواد الضـــارة المترســـبة علـــى جـــدران الأوعيـــة الدمويـــة (الشـــرايين والأوردة)

٧..مفيد لمرضى الكبد.يعمل على تنشيط خلايا الكبد وإزالـة السموم والتخلص من دهون الكبد والـــتخلص مـــن الفيروســـات ســـى وبـــى.مفيـــد للمـــرارة ويقلـــل حصـــوات وإلتهابـــات المـــرارة

٨..مفيد لمرض السكر.يقلل نسبة السكر بالدم ويقوى الأعصاب ويمنع الجلطات

٩- مفيد للتخسيس.يعمل على إنقاص الوزن والتخلص من الدهون

١٠- مفيد للبروستاتا ويعمل على تقليل تضخم حجم البروستاتا

١١- مفيد لأمراض الرئة والربو وضيق النفس والكلى والخلل الوظيفي وإرتفاع وظائف الكلى

مرخص من وزارة الصحة..البحث العلمى مسجل للدكتور محمد أحمد محمود بوزارة الصحة

٢.الباب الثانى...الأعشاب الطبية والغذاء

إن ما كتبته فى الأعشاب والغذاء هو من الطبيعة . كتبت فى علاج كل مرض أكثر من عشب وأكثر من نوع من الغذاء وذلك ليناسب كل إنسان ويجد كل إنسان ما يحب . وليس واجبا إستعمال النظام الغذائى كاملا . فبعضة كافيا إن شاء الله على قدر المستطاع.فالبعض يسهل له الحصول على هذا العشب وهذا الغذاء دون غيره.وبإختلاف فصول السنة يتنوع الغذاء وتتنوع الخضروات والفاكهة وتستعمل الأعشاب طازجة أومجففة أومطحونة أوسليمة.منقوعة أومغلية. فالأعشاب الطازجة والأعشاب المجففة يتم غليها قليلا وتغطى حتى يتم الإستفادة من المواد الفعالة التى بها وتعمل ملعقة صغيرة لكل كوب . وأماالأعشاب المطحونة يجب أن تكون مطحونة منذ وقت قريب حتى تكون محتفظة بالمواد الفعالة التى بها.والأعشاب المطحونة يتم وضعها فى الكوب ويتم صب الماء المغلى عليها وتغطى لمدة ربع ساعة أويتم نقعها بالماء الساخن ويتم إستعمال ملعقة صغيرة لكل كوب ويتم شراب من ٣ أكواب إلى ٥ أكواب يوميابالماء الساخن ويجب تقليل الكمية فى الأعشاب ذات الطعم المر أوالحريف وذلك للطعم فقط.ويجب إستعمال ما استطعت من البرنامج حتى تصل إلى نتيجة طيبة

١ ـ الإثمـــد ـ كحـــل عربـــي ـ ينبـــت الشعـــــرويطيله ـ ويعالـــــج البصـــــر

عـــن عبـــدالله بـــن عبـــاس رضـــي الله عنهمـــا أن رســـــول الله صـــلى الله عليـــه وســـلم قـــال (إنّ مِـــنْ خَيـــرِ أكْحَـــالِـــكُمُ الإِثْمِـــدَ إنّـــهُ يَجْلُو الْبَصَـــرَ وَيُنْبِـــتُ الشّـــعَرَ) قال . وكان رسول الله صلى الله عليـــه وســـلم إذا اكتحـــل يكتحل فـــي اليمنـــى ثلاثـــة يبتـــدئ بهـــا ويختـــم بهـــا وفـــي اليســـرى إثنتيـــن) رواه التـــرمـــذي والنســـائي وابـــن ماجـــة والإمـــام أحمـــد وقـــال الترمـــذي ـ حديث حســـن] . وعـــن ابـــن عبـــاس أيضـــاً قـــال ـ قال رسول الله صلى الله عليه وسلم ـ إكتحلوا بالإثمـــد فإنه يجلـــو البصـــروينبت الشعـــر رواه التـــرمـــذي وحسنه وابن ماجه وصححـــه ابن حيـــان ـ وهـــو حجـــرالكحـــل الأسود ـ يُؤْتَـــى بـــه من أصفهانَ ـ وهوأفضـــلُه ـ ويؤتـــَى بـــه من جهـــة المغرب أيضـــاً ـ وأجـــودُه السريـــعُ التفتيـــتِ الـــذى لفُتـــاته بصيصٌ ـ وداخلُه أملسُ ليس فيه شىء من الأوســـاخ ومـــزاجُـــه بـــارد يـــابس ينفـــعُ العيـــن ويُقوِّيـــهـــا ويشـــد أعصـــابَـــها ويحـــفظُ صِـــحتها ويُذهـــــب اللَّحـــم الزائـــد فـــى القـــرُح ويُدملهـــاويُنقّى أوساخهـــا ويجلوهـــا ويُذهب الصداع إذا اكتُحـــل بـــه مع العسل المـــائى الرقيق...وإذا دُقَّ وخُلـــِط ببعض الشحوم الطـــرية ولُطـــخ على حرق النار لم تعرض فيه خُشْكَريشة نفـــع من التنفُّـــط الحـــادث بسببه وهـــو أجـــود أكحـــال العين وخاصـــه للمشايـــخ والذيـــن قد ضعفت أبصارُهم وإذا جُعِلَ معه شىءٌ من المسك وهو ينبت الشـــعر ويجعلـــه طويلا وشـــعر الرمـــوش خاصـــه...ويوجـــد بـــه مركبـــات عضـــوية كالأنتومـــالين والفـــؤادين والجـــلوكانتيم ومـــواد أخـــرى معدنيـــة مثـــل طرطـــرات الإثمـــد والبوتاســـيوم

وطرطـرات الإثمـد والصوديـوم والأنتيمـوان ولـه خصـائص مقشعـة ومقيئـة ويصنـع منه المراهـم الجلـدية ويقتـل جراثيـم كثيـرة ويبيـد العديـد من الطفيليـات كاللايشمـانيا والبلهارسيا والمثقبيات والخيطات والمنـاعـة





٢..الأذخــــــــــــــــــر SWEET RUSH

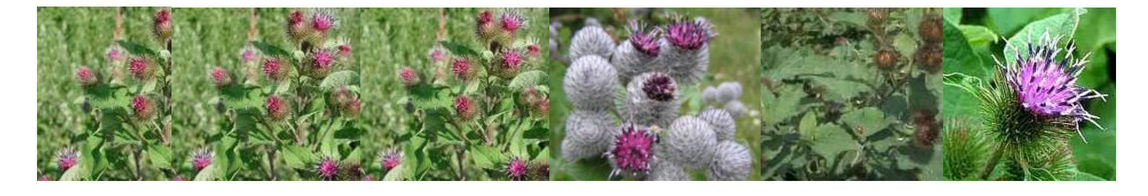
مضاد للتقلصات ويضبط الدورة الشهرية ويفيد لمغص الأطفال ومنشط وطـارد للغـازات.وثبـت في الصحيح عن الرسـول أنـه قـال في مكة.لا يختلى خلاها.قال له العباس رضي الله عنه إلا الأذخر يارسول الله فإنـه لقينهم ولبيـوتـهم.فقـال رسول الله عليه الصلاةوالسلام"إلاالأذخر"ويسمى حشيش الجمل.وخلال مأمـوني.وسنبل عـربي.وتبـن همشـة.وحلـفـابـر وحلفـامكـة.وطيـب العـــرب.واصخبر وتيـــن مكة.وسراد ومحاح.يحتوي على زيوت طيارة وجيـرانيول المشابهة لزيت عشب الليمـون والسيترال الذي يستخـدم كمـادة أولية في صناعـة فيتـــامين"أ"بجانب تحويله إلى عطرالإينون.وكذلك مركب السيتـرول والفلافونيدات.ويقول الدمشقي عن الأذخـر إنه لطيف ومفتح للسدد وأفـواه العـروق .ويدر البول والطمث ويفتت الحصى.ويحلل الأورام الصلبة في المعـدة والكبد والكيتين شرباً وضماداً. ويقـوى الأسنـان والمعـدة ويقطع الغثيان وينظـف البطن.ويقول داود الانطاكي عن الأذخر يسكن آلام الاسنان مضمضمة ويفتت الحصى وينفـع نفـث الـــدم ويحـلـل الأورام ويقـاوم السمـوم.وينقي الصدروالمعدة وهو يفيد الكلى ويصلحها وأجودة الحديث النمو الأصفرالمأخـوذ من أرض الحجاز ثم من مصر..ويقـول ابن سينـا.إن دهـن الأذخـر ينـفـع من الحكة حتى في البـهـائم.وطـاردا للـريــاح ومضـادا للـروماتـيزم والجروح ومعرقا ولإمراض الرئة وإضطرابات المعدة والجروح والقرح والحكة والأورام

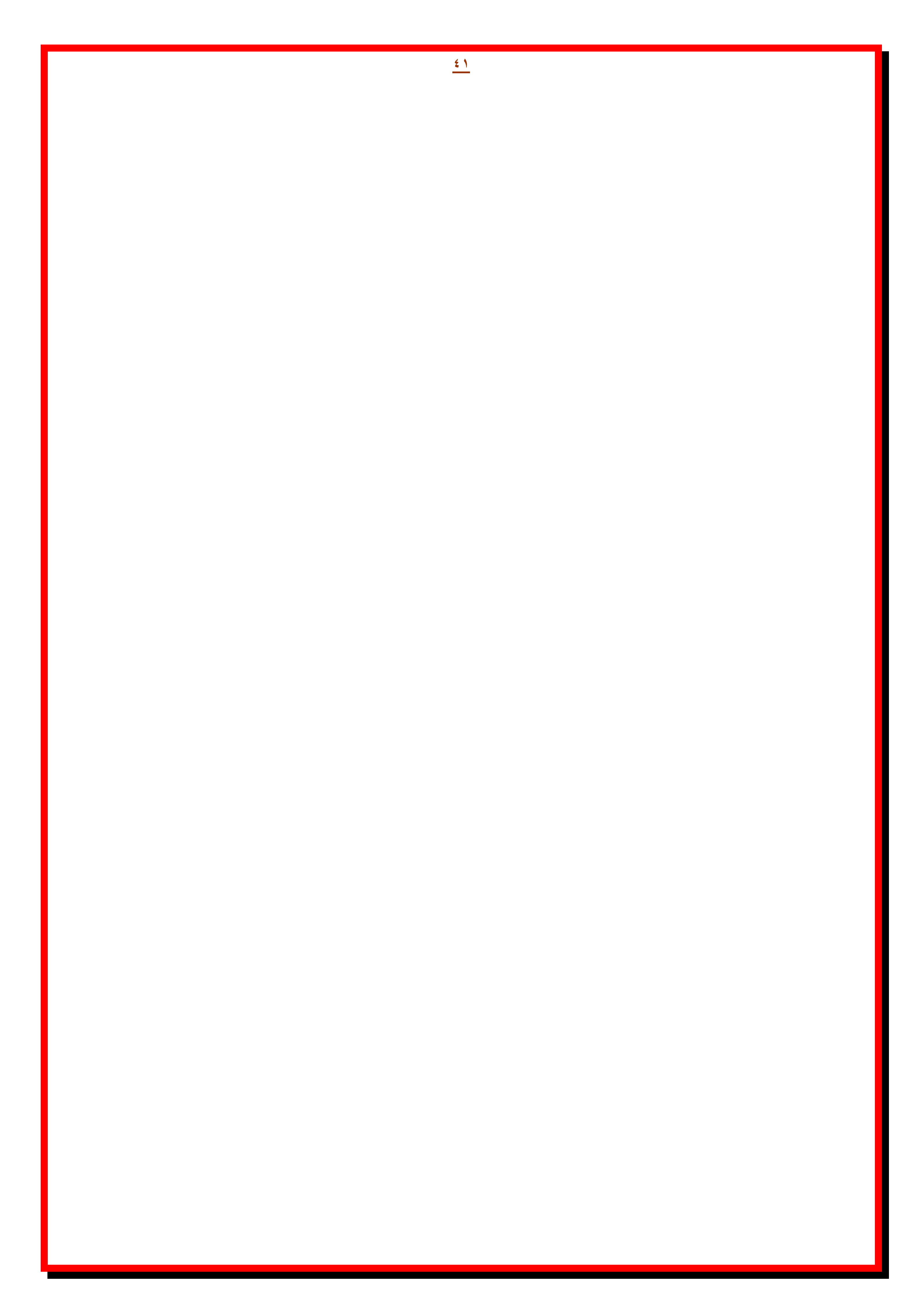
والبثــور وألآم المفاصل وأعضاء الراس ويقوي المعدة ويشـهي الطعـام ويسكن وأوجاع وأورام الغثيان ويسكن أوجاع المعدة وينفع لأورام المعدة وأورام الكبـد الرحم.يفتت الحصوات وينظم الطبيعة ويقوى المناعة ويقطع نزيف النسا



٣.الأرقــطـــيــو ن..للأمراض الجلدية والمفاصل

يحتوي على جلوكوزيـدات مــره أهمها الأرقتيـوبيكـرين والفـلافـونيدات والأرقتيـيـن وأحـمـــاض عفصيـه وزيـت طيـار ومتعـــددات الأسيتيـلـين وتربينات أحاديه والأنيولين والإينولـين والأركتيجـنين. مفيد للنقرس وأنـــواع الحمى.حصى الكلى والأورام السرطانية ومكافحة الرشح.النزلات الرئويه والربـو وإلـتهابات الحلق والرئـه والحمى والإكزيما والصدفية وحب الشباب والقشـــــور الجلدية والنقـرس والأمراض الجلدية التـي تسببهـا النبـاتـات والإنتانات الجلـدية غسـولا ودهـانا والزهـري والسيـلان والمشـاكل المـرتبـطه بالـــولادة شـــرابا





٤.الآس

ويسمى حمبلاس ومرسين ويحتوي على زيوت طيارة والسينيول والجابانين والمارتينول والليمونين والفاثربينول والجيرانيول والمايرتول ومواد عفصية .وهومشهى وقابض ومقوى وقاطع للنزف ومطهر للمجارى البولية والقصبات الهوائية ودهان لعلاج آلام أسفل الظهر وينقّي الكلف والنمش ويجلو البهق والاورام والبثورويحلل الأورام الحارة والحمرة ويزيل النملة والبثوروالقرح ويقوي القلب ويذهب الخفقان والسعال والإسهال ومدرللبول ومفيد لحرقة البول وحرقة المثانة وهوجيد في منع مرورالحيض .وينفع بتضميده للبواسير وينفع فى ورم الخصية وخراج المقعدة والرحم والسموم ولسع العقرب وزيت الآس وعصارته يقويان الشعرويمنع تساقطه ويطيله ويسوده . ورقه الجاف يمنع البقع تحت الإبطين وبين الفخذين ورماده ينقي الكلف والنمش ويسكن الأورام والبثوروالقرح.قال ابن البيطار"حب الآس حار مجفف تجفيفاً قوياً ولحاء أصوله أقل حده وحرافه وأشد مرارة وفيه قبض وهو يفتت الحصى وينفع من أمراض الكبد ويسكن المغص وإذا طبخ بالخل نفع من وجع الأسنان ويعالج حمرة البطن والصداع والسعال وإلتهابات الرحم.قال داود الانطاكي.الآس ينفع من الصداع والنزلات مطلقآ ويحبس الإسهال والدم كيفما استعمل ويحلل الأورام والعرق ويفتت الحصى شراباً ويضعف البواسيرويزيل الهواء بخورآ



٥.أقحـــــــــــــــــوان

يحتوي على قلويـدات وأهمها الستاكيدرون وزيت طيار ولاكتـونات تربينـية أحادية ونصفية وفلافونيـدات وفيتـــامين ب. بها عبيرعطرى منعش صالح للأكل والعلاج ومفيد لتسكين الصداع والصداع النصفى وألآم المفاصل والمعدة والطمث والحمى وأمراض الكلى والروماتيزم وإرتخاءالعضلات الملساءفي الرحم والهضم يحسن وظائف الكبد ومضاد للبكتيريا ومقاوم للإلتهابات ومضاد للتشنجات وطارد للريح ومعرق ومدرللبول والطمث وملطف للحمى ومقوي وموسع للأوعية الدموية.والاقحوان مفيدغسولاوشربا



٦. (الكــامـــوميـــــل)

مهدئ للأعصاب.ويقلل الضغوط اليومية.و يساعد على النوم والإسترخاء.ومضاد للعفونة.وطارد للغازات.ويفيد في تشنجات المعدة والجهاز الهضمي.ويفيد في حالات الإلتهاب الرئوي وبحة الصوت. ويقوي الكبد. ويساعد في تفتيت حصى الكلى . ويعتبر من أحسن مسكنات الألآم . ويساهم في علاج الإسهال . وتستخدم بعض أجزائه في الصابون لكونه يساعدعلى نظافة الجلد وإكتسابه رونقاً وحيوية. وتستخدم بكثرة في مواد التجميل لأنه يعمل على نعومة البشرة .ويحتوى على ١ %زيت أساسي يحتوي على الكامازولين الأزرق والسيبروزو والإبيجينين والفلافون ويفتح السدد ويزيل الصداع والحمى والإرماد شربا أوغسولا ويقوى الكبد وينقى الرئتين ويشفى الربو ويزيل البثور ويذهب الإعياء والتعب ونزلات البرد ويطرد السموم وزيتة يفتح الصمم ويزيل الشقوق ووجع الظهروالمفاصل والنقرس والجرب وينشط الهضم ويجلب النوم ويشفى مغص المعدة والأمعاء والمراره وعوارض الهيستيريا والإسهال وإلتهابات المجارى البولية والصداع ويخفيف ألام الدورة الشهرية ويشفى قرح المعدة بسرعه ويستنشق المغلى لإزالة إلتهاب الجيوب الأنفية ويسكن إلتهابات الجلد غسولا ويعالج ألآم الروماتيزم والنقرس شرابا وإلتهابات الحلق مضمضة وغسل الرأس به يمنع سقوط الشعر ويصبغه بلون أشقر ومقوى للأعصاب ومفيد للهضم .



٧.البـــــردقـــــــــــــوش

يحتوي على زيت طيار والسابينين وهيدرات السابينين والكارفاكرول واللينالول والفلافونيات وحمض الكافيين وحمض الروزمارينيك وتربينات ثلاثية ومادة الثيمول وزيت طيّاروالعديد من مركبات الفلافونويد.وجليكوسيدات الهيدروكوينون ومشتقات حمض الكاجفيك وفيتامين سى وأ.والحديد والكالسيوم والمنجنيز والماغنسيوم والزنك.والثيمول والكارفاكرول

مضاد للأكسدة ويفيدالطمث . وغرغرة لإلتهاب الحلق . وعلاج الجيوب الأنفية إستنشاقا وبه مادة كافورية وزيته له رائحة طيارة عطيرة ومسكن للألام ومطهر للجراثيم ومفيد للتقلصات والهضم ومدر للبول ومذيب للبلغم ومخفض لضغط الدم وملين ومهديء.ويعالج الجلوكوما ويزيل إنتفاخ البطن وينبه تدفق الصفراء ومنشط عام ومضاد للإلتهابات الصدرية بالرئة واللوزتين والسعال وإلتهابات القصبة والربو ومدر للحيض وجيد لألام المعدة وملين ومهضم ومفيد كتوابل مع اللحوم والخضراوات ومنبه وينشط الرحم وله أثر فعال في تنظيم هرمونات الرينين والألدوستيرون والبروستاجلاندين وهي هرمونات الغدة الجاركلوية وكذلك ينظم هرمون البرولاكتين ويستخدم العشب في علاج حالات عدم إنتظام الدورة الشهرية وكذلك عسر الطمث وفي علاج حالات تسمم الحمل والضغط المرتفع وعسر الطمث عند السيدات ويزيل الماء الزائد من الجسم.ويعيد الإتزان الهرموني وأخذه مساءًا يؤدي إلى الإسترخاء ومضاد للميكروبات والبكتريا والفطريات والفيروسات.وهومفيد ويخفض السكر بالدم ومهدئ وطارد للغازات ومضادا للإكتئاب ومحفز لجهازالمناعة وكذلك حبة البركة وخافض للحرارة ومنشط لخلايا الكبد ومضاد للأكسدة ويحتوى على مواد فعالة كثيرة منها الثيمول والكارفاكرول وحمض الروزمارنيك وهي مواد لها تأثير مضاد لبعض الفيروسات والميكروبات



٨.الثـــوم.مفيد للقلب.يقضى على الدهون والكوليستيرول

قال تعالى وَإِذْ قُلْتُمْ يَا مُوسَى لَنْ نَصْبِرَ عَلَى طَعَامٍ وَاحِدٍ فَادْعُ لَنَا رَبَّكَ يُخْرِجْ لَنَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ مِنْ بَقْلِهَا وَقِثَّائِهَا وَفُومِهَا وَعَدَسِهَا وَبَصَلِهَا قَالَ أَتَسْتَبْدِلُونَ الَّذِي هُوَ أَدْنَى بِالَّذِي هُوَخَيْرٌ اهْبِطُوا مِصْرًا فَإِنَّ لَكُمْ مَا سَأَلْتُمْ وَضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذِّلَّةُ وَالْمَسْكَنَةُ وَبَاءُوا بِغَضَبٍ مِنَ اللَّهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَانُوا يَكْفُرُونَ بِآيَاتِ اللَّهِ وَيَقْتُلُونَ النَّبِيِّينَ بِغَيْرِ الْحَقِّ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ)(٦١)

يحتوى الثوم على مادة الأليين والأليناز والإس إليليستين والسلينيوم والجارسلين والديالليل تراى سالفيد ومضادات الأكسدة . وتزول رائحه الثوم بالتفاح والنعناع والقرنفل والبقدونس والثوم القديم أقوى.مطهرللمعدة ومذيب للكوليستيرول ويمنع الجلطات ومنشط للدورة الدمويه ومدرللبول ومطهرللمجاري البولية ويقضي على الأميبا والدوسنتاريا وسوء الهضم والغازات والمغص والتيفودوالقرح المتعفنة والدفتريا والثعلبة ومفيدللروماتيزم ومقوى للأعصاب ويقطرماءه أوزيته فى الأذن للصمم ويقضى على الفيروسات والبكتريا والفطريات وعلى فيروس الإنفلونزا ومفيد للزكام والرشح ويكافح الخلاياالسرطانية والسعال الديكي والسل الرئوي والكوليرا والجرب ويعمل على إذابه الأملاح وتفتيت الحصوات ويزيل قشرالشعر ويقوي الذاكرة ومنشط عام ويقوي اللثة ويمنع تساقط الأسنان ويقوي القدرة الجنسية ويزيل الصداع والدوخة ومسكن لألآم الأسنان ويعمل على بناء العضلات والقوة ويمنع تصلب الشرايين ويقلل ضغط الدم المرتفع والوقاية من الطاعون والإيدز ومفيد لأمراض العيون وأمراض المناعة وأمراض القلب.



٩.الجــــرجيــــــــــر

يحتوي على نسب عالية من(فيتامين(A)وفيتامـين(C) وهوغني بالمعــــادن مثل الكالسيوم والكبريــت واليودوالحديد والزنك والفوسفور، ومفيد لمرضى القـــــلب والصدروالسكروالكبـد والغدة الدرقيــة . ويساعد على تقوية القدرة الجنسية ومنع تساقط الشــعر والوقــايـة من الامســاك لأنـه غنى بالألياف ويمنع الإصابة بأمراض سوء التغـذية ومـدر للبـول وغـــنى بالمـعـادن مثـل الكالسـيـوم والحـديد والزنك والفسفوروينقى الدم وطارد للبلغم ومسكن لآلام الروماتيزم والمفاصـل ويحتـــوى زيت الجرجيرعلى كميات كبيرة من حمض الجامالينـولينك .وهويقلل الكوليستيرول



١٠.جـــــــوز الهنـــــــــد

يحتوي على الأحماض الدهنيـة وهي حمض Lauric acid بنسبـة ٤٥-٥٠% وحمـض Myristic acid بنسبة١٣إلـى٢٠%وحمـــض Palmilic acid بنسبة٧إلى ١٠%وحمـض Caprylic acid بنسـبة٥إلـى ١٠%. وأحمـاض الستياريك واللينـوليك والكـابروك كما تحتـوي الثمـار على أحماض دهنية حرة بنسبة٣ إلى٥%وتحتوي على معادن الفوسفور والكالسيوم والحديـد والبوتاسيوم وكذلك بروتين وسكريات٨٠جراماً من سكرالعنب وسكرالثمار.وقال داود الانطاكي في التذكرة"ينفع جوز الهند من البـلغم والسوداء والجنـون والوسـواس وضـعف الكبد والكلى والمثانة وقرح البطن ويزيل أوجاع الظـهر والورك والفـالج واللـقوة والديـدان والبـواسير ويدرالـدم ويهيج البـاءة ويمنع تقـطير البـول الطري منـه إذا شـرب بالسكر.ويقـوى الغريـزة، شـرابـه قـوي النفع في الجنون والمـاليخوليا وخله يهضم ويهري الـلحم.رماد قشره يجلو الأسنان جداً.ينفع من الكلف والنمش والحكة والجرب ويحسن الألوان ويشد الشعرإذا جعل مع الحناء ..اما ابن البيطار فيقول: "يـزيـد في الباءة والمني ويسخـن الكلى.ويزيل جـع الظهرالعتيق . ودهـن النـارجيل هوأقوى دهان لتحليل الريح ودهان البواسيروالمفاصل"ابن سيناء يقول: النارجيل فيه رطوبة.ودهن العتيق من النارجيل ينفع أوجاع الظهروالركبتين. ثقيل على المعدة"وقدعرف الفراعنة النارجيل وكانوايسمونه"خامنن"وقدعـثر علـماء الآثار على ثمار هـذا النبات في مقبرة كاهون ومقبرة ذراع أبوالنجا.كما عثـرعلـى شجـرة نـارجيل في حديقة. أنا. بأسـوان وإتفق العلماء أن أصل بلادة بلاد النـــوبة



١١.حــــب الــرشـــاد(الــثـــفـــــاء)

عن قيس بن رافع القيسي أن رســول الله صلى الله عليه وسلم قال :"مــاذا في الأمرين من الشفاء : الثفاء والصبر"[أخرجه أبو داود في مراسليه والبيهقي.ونقله عنهما السيوطي رمز له بالضعف (فيض القدير)].وعن عبد الله بن عباس أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:"مــاذا في الأمرين من الشفاء:الثفاء والصبر"[في الجامع الأصول:أخرجه رزين، وأثبتــه الحــافظ الذهبي من إخراج الترمذي].وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال:"عليكم بالثفاء فإن الله جعل فيه شفاء من كل داء [رواه ابن السني وأبو نعيم في الطب . وعنهما السيوطي . وسكت عنه مما يرمز عادة للحسن (فيض القدير)]. يحتوي الرشاد على معادن كثيرة وهي الحديد والفوسفوروالمنجنيزواليــود والكالسيوم والزرنيــخ والبوتاسيوم وفيتامينات مثل أ.ب.ج.وكاروتينات وزيت طيار وجلوكوزيد.وهو أكثر النباتات غنى بمادة اليود وهذا ما يجعله سهل الهضم كما يحتوي على الحديد والكبريت والفوسفور والمنغنيز والزرنيخ، وهو غني بالفيتامين " ج "" C "وفيه نسبة قليلة من الفيتامين"أ"و"ب .والكاروتين وتدل دراسات حديثة على إحتوائه عنصرآ من المضادات الحيوية المبيــدة للجراثيم..ومهم لحيوية الجسم بصفة عامة وقد تستخدم جرعات منه لتنشيط الناحية الجنسية . وهويحتــوي على التكوفرول وهو مشـــابه لفيتامين «هـ» (E)ويقوم بدور حيوي لنشاط للأوعية الدموية والتعب والإعياء وللنساء الحاملات وصغار الأولاد ومرضى السكر وحساسيةالجهــازالتنفسي والإكزيماوالجلدوالشعروالأظافروفاتح للشهية ومسهل للهضم،ومادةاليخضورالموجودة فيه تفيد في إمتصاص الروائح الكريهة



١٢.حــــــب العــــــزيـــــــز.طعمه حلو ويسمن النحيف

حب العزيزأوحب الزلم أولوزالأرض. يحتوي حب العـزيـــزعلى٣٠%زيت،٢٨% نشا وسكروز وبروتين. يطرد ديدان البطن ولعلاج كتـاركتـا العيـن وللإكزيما وضد حكة الجلد وإلتهابات الرحم ويدراللبن ومفيد للصـداع .ويسـمن البدن تسميناً جيـداً ويصلح هـزال الكلى والباه وحرقان البول والكبد الضعيفة والأمراض الســوداوية كالجنـون وخشـونـة الصـدروالسعال.ويزيدعددالحيوانات المنوية ولتـأخـرالإنجاب قال عنه ابن سينا:طيب الطعم جداً يزيد في المني جداً ويسمن ويحسن.هوعلاجاً مثالياً لمعظم أنواع الصداع وتكرير البول وتنقيته والأمراض الجلدية. يقول داود في تذكرته:معروف في مصر بحب العزيز، وملكها كان مولعاً بأكله ويسمى الزقاط بالبربر، وأصله بفارس نبات ذراع وأوراقه مستديرة كالـدراهـم، ومنه نوع بمصر يزرع بالإسكندرية، وأجوده الحديث الرزين الأحـمر المفرطح الحلو، ويليه الأصفر المستطيل وهو الكثير بمصر،والذي كالفلفل إذا كان ليناً حلواً كان أجود في السمنة ومتى تجاوز سنة لم يجز إستعماله.وأهل مصر تبله بالماء كثيرا فيفسد سريعا



١٣.الحـــــــــبه الســــــــــوداء.حـبة البركه.الشوينيز

تحتوي على٢٧% زيت، و٤,١٤% ورمـاد يحتـوي عـلى عنصـرالكـالسـيـوم -alkaloids والألكالويد .coumarines والكـومـاريـنـات . وأحـماض دهنية وستيـرولات sterols وزيـت طيار ومـادة النـيـجـلون، ومـادة الثـيمـوكـويـنـون والفاهيدرين alpha-hederin التـى تقـضى على الجـذور الحـرة الضـــارة والخلايا السرطانية.يقول صلى الله عليه وسلم"عليكم بهذه الحبة السوداء . فـإن فيهـا شفـاء لكل داء إلا السام.رواه البخاري.وهى مفيده لتساقط الشعر وللصداع والأرق.ومفيدة للقمل وبيضه غسولا ومفيده للدوخـة وآلام الأذن تقطيـرا ومفـيـده للـقـراع والثـعلبـة والـقـوباء دهانـا وتسهـل الولادة ومفــيدة للأسنـان وألآم اللـوز والحنجـرة مضمـضـة وإستنشاقـا ومفيـدة شــرابا وغسـولا أو دهانا لحب الشباب والأمراض الجلدية والثأليل والـدمامل والصدفية والإكـزيمـا والحساسيـه والبهــاق والـبـرص ولضياء الوجـه وجـماله ولسرعة إلتئــام الكسـروالكـدمــات والروماتيزم والسكرو إرتفاع ضغط الدم ولإذابـة الكوليستيرول والـدهـون في الـدم والإلـتهابات الكلوية وتفتيت الحصوة وطردها وعسرالتبول ومنع التبول اللاإرادي والإستسقاء والإلتهابات الكبدية.والحـمى الشوكية وللمرارة وحصوتـها وللطحال ولكل أمـراض الصـدرونزلات البرد والقلب وتنشيط الدورة الدمويـة والمغـص المعوي والإسهـال والغـازات والتقـلصات والحموضة وأمراض الـقـولـون وأمراض الـعـيـون والأميبيا والبلـهارسيا ولطرد الديدان وتأخـــر الإنجاب عنـد الرجــال والنســاء والبروسـتـاتـا والربـو وقـرحـــة المعدة والأمـراض السـرطـــانـيـــة والضعف الجنسي والضعف العام وفـتح الـشـهــيـة للـطـعـام وعـــلاج الـخـمول والكـــسل والتنـــشيط الـــذهني ولسرعة الحفظ.وتنشط المناعة والدورة الدموية.وفيها شفاء لكثير من الأمـــراض



١٤ـ الحبهـــــــــــــــــــــان

يحتوى على السيـنيول والليــمونين وتحتوي الزيوت المتطايرة على التيربينيز والتيربينيول والسينيول . وهومنشط لخلاياالجسم ومنشط جنسى وطارد للريح . ومفيد لعسرالهضم . ومنشط للمعدة . وفاتح للشهية . ومفيد للقئ والغثيــــان والتجشؤ .ولعلاج عسرالهضم والإنتفاخات والقولون. ومطهرللجلد ومفيد فى الإلتهاب الرئوي . ومعرق . وطارد للبلغم. ومفـــيد لحســاسيه الرئة والربو والجهاز التنفـــــسى. والصفــراء والكبد . ومفـــيد لنـــزلات البـــرد والكحة والإسهال.والصداع.والتبول الليــلى وإلتهــاب المثانة.وسلس البول.ومسكن للألم والمغص.ومعطر للفم.ومنبه للقلب.ويكسب الأطعمة مـذاقــاً خـــاصــاً.وفاتــحا للشـهية.ومـــدرللـــــــبول ولإحــــــــــتباس البـــــــــــــول.



١٥ـالحصالبان.إكليل الجبل.الروزماري

يعمل على تنشط الدورة الدموية. ويقلل الصداع ويعالج العدوي البكتيرية والفطريات ويمنع الغازات بالجهاز الهضمي ويساعد في الهضم وإمتصاص الطعام ويزيل حرقان القلب . ويحسن الكبد والجهاز الهضمي والمرارة ويقلل تكوين حصواتها وحصوات الكلي والمثانة ويقلل من إفراز إنزيم اليوريز الذي له صلة بتكوين الحصوات. ويستعمل كمضمضة لعلاج التهاب الحلق واللثة والقرح ويستخدم زيته في تدليك الأطراف المرهقة وشرابه الساخن يزيل الصداع وكثيراً ما يوصى بإستعماله للعناية بالبشرة وبالشعر وتستخدم أغصانه في البخور ويحسن الذاكرة ويحتوى على مضادات الأكسدة ويحتوى على زيت طيار الذي يشمل البورنيول والكامفين والكافوروالسينيول والفلافونيدات وحمض العفص وحمض الروزمارينيك وثنائي التربينات والروزميرسين.مفيد للحساسية وإضطرابات القلب ومنبهة ومقوي وقابض للأوعية الدموية المتضخمة والملتهبة ومضاد للإلتهابات وطارد للريح والكحه والربو ومقوى للأعصاب



١٦.الحــــــــــــــــــلبة

روي أن رسول الله صلى الله عليه وسلم زار سعـد بن أبي وقـاص وهو مريض فقال أدعوله طبيبا فدعي"الحـارث بن كلدة "مفوصف له الحلبة مع تـمر عجـوة فشفي . صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم. لوعلم الناس بما فيها من فوائـد لاشتروهـا بوزنـها ذهبا.ولـو وضعت جميع الأدوية في كفة ميزان ووضعت الحلبـة في كفة أخرى لرجحت كفة الحلبة . وقـوة الحلبة من الحـرارة في الدرجة الثانية ومن اليبوسة في الأولى . وإذا طبخت بالماء لينت الحلق والصدر والبطن وتسكن السعال والخشونة والربووعسرالنفس.جيدة للريح والبلغم والبواسير وتحلل البلغم اللزج من الصدر.وتنفع فى أمراض الرئة.وهى غنية بالمواد البروتينية والفسـفور والمـواد النشـوية وفيتـامين ج والنيـاسين والبوتاسيوم والدوسجنين ومشابهات الإستروجين والليسين والتربتوفان والفوسفور. وهي تماثل في تركيبـها زيـت كبد الحوت.مفيدة للرضاعة وتحفزإدراراللبن لأنـها تحتوي على الديوسجنين وتسـاعد على تخليق هرمون الإسـتروجين الـذي يعمل على زيادة نموالخلايا اللبنية الجديدة وملء الثدي باللبن وتذداد الفائدة مع الشمر والتمر و تحفز إنقباض الرحم وتعجل وتسهل الولادة مع التمر فى إسبوع الولادة.وتمنع تساقط الشعر حيث تحتوي على الهرمون الذي يعمل على نمو الشعر. وبـذور الحلـبة هـي مصـدر جـيد لحـمض النيكوتينيك والبروتيـنات التي تعمل على إعـادة بـناء نمـو جـذورالشـعر حيث أنـها تحتوى على البروتينات التى تعمل على تقليل فقـدان الشعر وتحفيز نموه وتحتوي على كميات كبيرة من حمض الليستين الذي يقوي ويرطب الشعر.وتحتوي الحلبة على الجلوكومانان والكيتوزان وفيتامين ج.وتقلل الشعور بالجوع وتقلل إستهلاك السعرات وتعمل على الحفاظ على مستوى السكر بالدم ويجب تناول ملعقة صغيرة حصى بدون طحنها قبل الأكل ثلاث مـرات يوميا.وملعقة حلبة حصى بدون طحنها

صغيرة كل٦ ساعات يوميا..تخفض السكروتنشط الدورة الدمويـة وتقلل الـدهـون الثـلاثيـة والكـوليستـيرول وتعـالج المشاكل الجلـدية كالبـثور والحـروق والإكزيما والنقرس. ويمكـن وضع عجينـة مـن مسحـوق الحلبة فالماء الدافـئ لعلاج مشاكل الجلد.وتمنع ظهورالتجاعيد بالوجه والبثور وجفاف الجلد. وتفضل مع زيت الزيتون وعلاج لمشاكل وإضطرابات المعدة.وتقلل حموضة المعدة ويمكن مضغ الحلبة مع كمية من بذورالكمون للتخلص مـن إضطرابات القولون ويمكن إضافـة ملـعقة من بذورالحلبة إلى طعامك.والحلبة غنية بالألياف وتعالج إضطرابات القولون بالإضـافة إلـى أنـهاتفتح الشهية.وتعمل الحلبة بالعسل على تخفيف السعال والإلتـهابـات الحلــق واللوزتين والرشح وضيق النفس وتعمل على رفع كفائة المناعة مع الليمون تعمل على خفض إرتفاع درجة حرارة الجسم حيث أنـها تغذي الجسم أثناء المرض وهـو مهم لعلاج الحمى مع الشاي الأخضر وملعقة صغيرة من العسل وعصيرالليـمون وتعمل على إنخفاض الكوليستيرول وتقلل مخاطرالإصابة بالنوبات القلبية وأمراض الضغط والتصلب الشرياني.ومادة الديوسجينين الموجودة في الحلبة كالإستروجين وتعمل على تعزيزالرغبة الجنسية لدى الرجال. وتعمل على تحقيق الإستقرارللتقلب الذي يحدث للمرأة بين الطمث وإنقطاعه وتعمل الحلبة على الحد من آلام الطمث. وتعمل الحلبة على تنقية الدم حيـث تنشط عمل الكبدعن طريق إزالة السموم مــــن الدم والكـبد وتنشط الدورة الدموية وتنشط الجهاز العصبي والعضلي بالجسم.وبها وظائف مضـادة للإرهـاق وتكـافـح التشنجات العصبية بسبب قدرتهـا علـى منـع التشنجـات العضلية. ومفيدة للحلق والصـدر والبطـن والسعـال وضـيق النفــس والربو والأمعاء والبـواسير وهى غنية بالموادالبروتينية والفسفوروالمواد النشوية والكولين والتريكونيلين وهما يقـاربـان في تركيبهـما حمـض النيـكوتينيك وهوأحـد فيـتامينـات(ب) كما تحتوي بذورها على مادة صمغية وزيوت ثابتة.فاتحة للشهية ولـزيادة الـوزن. كما تعطى للفتـيات فـي زمن البلوغ لتنشيط الطمث وكـذلك لفـقر الدم ولضعـاف البنيـة والشهيـة وللنحفـاء والإمسـاك المـزمن والـصدر والـحلق



١٧.الـــــخـــولـــــنجــــــــان

يحتوي على زيت طيــار والأفـابايـنين والسينيول واللينالـوول والكـافـور وسنـمات المثيل.ولاكتونات التربينات الأحادية النصفية مثل الجالنجول والجالنجين. جيد للمعدة هاضم للطعام.مفيدللقولون وألام الكلي وللباءه مع القرفة والقرنفل.وقال داود الأنطاكي «حاريابس تبقى قوته إلى سبع سنوات يحلل الرياح ويفتح المسام والشهية ويهضم ويحلل المفاصل وعرق النساء وأوجاع الجنين والظهر وشربه مع اللبن وخاصة لبن الضأن يعيد قوة الشباب. ومفيد فى آلام البطن والقيء والفواق والإسهال ومقوي للمعدة ومضاد للإلتهابات ومقشعاً ومقوياً عصبياً ومفيد للتخمة وآلام المعدة وإلتهاب المفاصل والحمى المتقطعة وعسر الهضم والقئ وألم المعدة والقرح الفموية المؤلمة وإلتهاب اللثة ودوارالبحر ومضاد للجراثيم والفطريات والبكترياوالفيروسات.مقوي للجهاز الهضمي ومدفئ وطارد للغازات ومضاد للقيء وعلاج حالات عسرالهضم والتخلص من غازات المعدة ومفيد إستنشاقا لأمراض الأنف والجهاز التنفسى



١٨.الــــدمـسيـــــسه

تحتوي على زيت طيار وزيت ثابت وأهم مكوناتهـا مادة السوجـون التي لهـا تأثير قوي في علاج حالات المغص الكلوي وتسهيل خروج الحصوات وإدرار الـبول كما تحتوي على الزيت الطيار وعلى الأبروتامين والـبيتابـوربـــونـين والـسيسكوتربين ولاكتون والمعروف بالأرتيميزينين وفيتامين.أ.وعلى جلوكوزيد الأفسنتـين وتعمل على تـفتـيت الـحصـوات والـتخلص مـن أورام الــرحـم على شكل لـبوس مـوضعي وشـرابا.مفيدة للجهاز الهضمي وخاصآ على المعدة والمرارة. ويقول ابن البيـطـار أن عشـب الأفسنتين يستعمل في الهضم والإدراروطردالدود.يحتوى على الأزونيات المضادة للإلتهابات والسيسكوتربينات ذات مفعول الـمضـاد للإورام. كمـــا أنها من أفضل النباتات إبادة للحشـرات ومركب التوجون المنبه للدماغ ومفيدللمعدة وإفراز الصفـراء.يحسن الهضم وإمتصاص المواد الغذائية.مفيد للأنيميا ويقلل الإنتفاخات وتقوى المنـاعة ويساعدالجسم في إستعادة حيويته الكاملة.مفيدة للإكتئـاب، وتعمل على خفض الحرارة.ومفيدة للإمساك العصبي وإضـطرابات الكبد التي تسبب طـفحا وحكة بالجلدوالمغص والتقـلصات وتفـتيت الحصـوات وإزالـة الرمـال مـن الجـهاز البولي والآم الروماتيزم وعـلاج السـكر والأزمـات الصدرية. ومركـب الأمبـراوزين بالدمسيـــسة مفيد للبلـهـارسـيا وقــواقـع الديدان الكبـدية والـميرسيديا والسـركاريا وتقضي على يرقات وعذاري بعوضة الأنوفيلس وأمراض القوباء بالرأس وطاردة للديدان وتنقي الجسم من السموم وتقوي الجهازالهضـمي وتقوي الذاكرة. وتقـــلل النسيان والـشعـور بالخجـل. وتـرفـع الــروح المعنوية. وتنظيـف الرحم من بقايا الـمشيمة بعد الولادة، وتسهـــل الولادة. وتقـوي الطلق. وتسـاعد علـى خــروج الجنـــين الميت مــن الـرحــم... تستـعمل مرة يوميا



١٩.الحنـــــــــــــــــــــــاء(علاج للجلد والأملاح)

عن أنس رضي الله عنه قال: إختضب أبو بكـر بالحناء والكتم [الكتم نبـــات من اليمن يصبغ بلون أسود إلى الحمرة]وإختضب عمر بالحناء بحتاً.أي صرفاً.[رواه مسلم].وعن أبي ذر رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله علـيه وسـلم قـال"إنّ أحسن ماغيرتم به الشيب الحناءوالكتم"[رواه الترمذي وقال حديث صحيح ورواه أيضاً أصحاب السنن وقال الأرناؤوط.حديث حسن]وعن سلمى أم رافع.أن رسـول الله صلى الله عليه وسلم مـاشكـاإليه أحد وجعاً في رأسه إلا قال له إحتجم.ولا شكـا إليه وجعاًفي رجليه إلا قال إختضب[رواه أبوداود.ورواه أيضاً البخاري في تاريخه وقال الأرناؤوط.حديث حسن].وعنها أيضاً قالت:كان لا يصيب النبي صلى الله عليه وسلم قرحة ولا شوكة إلاوضع عليها الحناء[رواه الترمذي بإسناد حسن.ورواه أبوداود وابن ماجة وقال الهيثمي.رجاله ثقات]وعن عثمان بن وهب قال دخلت علي أم سلمة فأخرجت لنـا شـعراً من شعر النبي صلى الله عليه وسلم مخضوباً، [رواه البخاري]. قال النووي:ومذهبناإستحباب خضاب الشـيب للـرجـل بصفـرة أوحمرة، ويحـرم خضابه بالسـواد على الأصح، وقيل يكره كراهة تنزيه والمختار التحريم. ورخص فيه بعض العلماء للجهاد فقط.تحتوي أوراق الحناء تحتوي على مواد جليكوسيدية مثل الوسون(Lawsone) وأصباغ النافثـوكينـون ومشتـقات الهيدروكسيليتيد والنافثالين. والجلوكوسايل. والكيـومارينـوزانثون. والفلافونويد والتانين.وحمض الجاليك.وكمية قليلة من الستيرويد مثل السيتوستيرول والأزهار فتحتوي على زيت طيار له رائحة زكية وقوية ويعتبر أهم مكوناته مادة الفوبيتـا إيونون (Ionone.B.A). وتزداد كمية المواد الفعالة وخاصة مادة الوســون

وحمض الجاليك ومواد تانينية تصل نسبتها بين ٥-١٠%، ومواد سكرية وراتنجية نسبتها حوالي١%ويمكن تغييرلون الحناء من الأحمرإلى الاسود فيمكن إضافة مادة نباتية إلى الحناء ليعطي لونا أسود جميلا مثل نبات الكتم والوسمة وإذا أضيف عصيرالليمون أوالخل أوالشاي إلى عجينة الحناء أعطت لونا داكنا أوبرونزيا جذاباوتدفئةالماء المضاف إلى العجينة مع وجود الرطوبة يعطي الحناء لونا حسنا جذابا.وتستعمل الحناء في التجميل.فيخضب بمعجون أوراقها الأصابع والأقدام والشعر للسيدات والرجال. بالإضافة إلى إستعمالها في أعمال الصباغة وتستعمل عجينة الحنة لعلاج الصداع بوضعها على الجبهة وصناعة العطور والتخضب بالحناء يفيد في علاج تشقق القدمين وعلاج الفطريات المختلفة وعلاج الأورام والقرح وغرغرة لعلاج قرح الفم واللثة واللسان والمواد القابضة والمطهرة الموجودة بهاوتنقي فروة الرأس من الميكروبات والطفيليات والإفرازات الزائدة والدهون. كما تعد علاجاً نافعاً لقشرالشعر وإلتهاب فروة الرأس. ويفضل إستعمال معجون الحناء بالخل أو الليمون؛ لأن مادة اللوزون الملونة لا تصبغ في الوسط القلوي وقيل أن الحناء علاج جيد لمرض الإكزيما وغرغرة لعلاج قرح الفم واللثة واللسان وآلام الحلق وأملاح القدمين



٢٠.الـرمـــــــــــــــــان

قال تعالى:{فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْـلٌ وَرُمَّـانٌ}[الرحمن.٦٨].وقوله تعالى (وجنــات مــن أعنـــاب والزيتون والرمان متشابها وغير متشابه انظروا إلى ثمره إذا أثمر وينعه إن في ذلــكم لآيات لقوم يؤمنون)الأنعام. ويُذكر عن ابن عباس موقوفاً ومرفوعاً: ((ما مِن رُمَّانٍ مـن رُمَّانِكم هـذا إلا وهو مُلقَّحٌ بحبَّةٍ من رُمَّانِ الجَنَّةِ)) والموقوفُ أشْبَـهُ. وذكـرحـَرَبٌ وغيـره عن عليٍّ أنه قال:((كلـُوا الرُّمّانَ بشحْمه،فـإنه دباغُ المَعِدَةِ)).قال رسول الله صلى الله عليه وسلم"ما من رمانة إلا ولقـحت مـن رمـان الجنة.وما رمانة إلا فيها حبة من رمان الجنة" ولذلك سيدنا علي كان يحرص على أن يأخذ كل الفصوص الموجودة في الرمان حتى يصيب فص رمانة الجنة. أما عن "كلواالرمان بشحمه فإنه دباغ للمعدة"أولاً القلف الأبيض الذي هوالطبقة البيضـاء بين الفصوص.هذه تحتوي على مادة قابضـة ومضادة للحموضة. وثبت أنها تقـوم بشفاء قرحة المعدة وقرحة الإثنى عشر.ويتم حقن القرح بالمستخلـص مثل قرحـة المعدة وقرحة الإثنى عشـروقـرح الجلد حتى الشفاء.قال رسول الله صلي الله عليه وسلم"كلوا الرمان بشحمه فإنه دباغ للمعدة"ولحـالات الحمى الشـديـدة والإســهال المزمن والدوسنتارياالأميبية والصداع وضعف النظرويستخدم عصيرالرمان بمعدل كوبين يوميا. ويطرد الديدان المعوية وبخاصـة الـدودة الشريطية ويعالج البواسير ويستخدم منقوع قشر الرمان لتنشيط الأعصاب والإرهاق. وقطرات منــه ممزوجـة بالعســل في الأنـف دواء ممتاز لكثير من متاعب الأنف. وعصير الرمـان ممـــزوج مــع قليل من العسل لعالج حالات الإمساك والمواظبة على تناول الرمان ينقي الدم ويقاوم عسرالهضم والدوسنتارياالأميبية المصحوبة بالدم والقئ ويقطرلألآم العين.

وعلاج إلتهابات اللثة وتقرحاتها مضمضه.وعلاج حـــالات البرد ورشـــح الأنـــف. يستخدم منقوع الرمان بالأنف بمعدل ثلاث نقط ثلاث مرات في اليوم.ولزيادة تثبيت الشعر.يضاف مغلي قشورالرمان إلى الحناء بغرض تثبيت اللون وإزدهـارالتلـويـن ويحتوى على مركبات البـوليـفـينولك والأنثوثيانين الهيدروليزابل تاننيس والألياف والسكريات والبكتين كماتحتوي على هرمون الإستروجين وحمض البـونيكـوتانيـك وحمض الجـاليك والمانـايت والبيـليتيـرين والميثـيل أيـزوبيليتيرين. ومفيد لأمراض الجـهاز الهضـمي والإسـهال والدوسـنتاريا والمغص المعوي وإلتهابات القولون وعسرالهضم والطفـيليـات والـديـدان الشريطية. والأمـراض التنـاسـلية والإفـرازات البيـضاء وفرط الطمث.وأمراض الجلدوالأنسـجة الرخوة. وحب الشـباب وإلتـهابات الثدي وأمراض الجهاز العصبي. والشلل والصداع والـهيستـيريا وحالات الشرج الشرخى والبواسير وسقـوط المستقيم وأمراض العين والأذن وآلآم الأذن وضعف البصر وأمراض الفم والأسنان وإلتهابات اللثة وآلآم الأسنان.ومضاد قوى للأكسدة ويوقف نموالخلايا السرطانية ويمنع إنتشارها ويزيد من مـعـدلات المـوت الطبيعي apoptosis للخلايا السرطانية.وعلاج أمراض القلب والأوعية الدموية.وتصلب الشرايين. ومضاد للميكروبـات ومضـاد للإلتهـابات وثبتـت فعاليته العالية كمضاد للفيروسـات والبكتيريـا والإلتهابـات ومضـاد للعوامل المسببة للتشوهـات الوراثية ومقوي لجهاز المناعة ويمنع تليف الكبد والرُّمَّان حلوحاررطب،جيدٌ للمَعِدَة،ومقوٍ لها بما فيه مـن قَبْضٍ لطيف، نافع للحلـق والصـدر والـرِّئـة،وجيـدٌ للسُّعال،ومـاؤه مُلَيِّن للبـطن،يَغْذى البدن غِذاءً فاضلاً يسيراً،سريع التحلُّل لـرِقَّته ولطافته وللمَعِدَة الملتهبة ويُدِرُّالبَوْل ويُسكنُ الصّفْراء ويقطع الإسهال ويمنع القىء ويُطفىءُ حرارة الكبد ويُقوِّى الأعضاء ونـافع من الخَفَقان الصَّفراوى، والألآم العـارضة للقلب وفم المعدة ويُقوِّى المَعِدَة وإذااستُخرجَ ماؤه بشَحْمه وطُبخَ بالعسل حتى يصير كالمرهم ويقطع الصفرة من العَيْن إكتحالا ومفيد لإمراض اللِّثة،وينفع من الأكلة العارضة لها،وإن إستُخرج ماؤهما بشحمهما.ويقال ومَن أكل ثلاثةً من الرُّمَّان فى كل سنة أمِنَ مِنَ الرَّمد سنته كلَّها وتحتوي قشــور الرمان على مادة ملونة دابغة تستخدم

للصباغة منذ مئات السنين بسبب إحتوائها على مادة قاعدية مميزة تعرف باسم التانين وهي مادة داكنة اللون أستعملت في الماضي وما زالت تستعمل حتى الآن في دباغة الجلود كذلك كمادة صبغية سوداءاللون.وتستعمل في صباغة الحرير. ويحتوي ثمرالرمان الحلوعلى ١٠,١%مواد سكرية،١% حامض الليمون ٨٤,٢٠% ماء، 91%.رماد،٣% بروتين،٢,٩١%ألياف وموادعفصية وعناصر مرة وفيتامينات(A, B, C)وقليل من الحديد والفوسفوروالكبريت والكالسيوم والبوتاسيوم والمنجنيز وفي بذوره ترتفع نسبة المواد الدهنية٧-٩%.ويقضي على البكتيريا التي تسبب الإسهال يقوي القلب والمعدة ويدر البول ويطهر الدم ويذيب حصوات الكلى ويلطف الحرارة المرتفعة في جسم الانسان ويشفي عصر الهضم والإسهال ومغلي قشوره يفيد في طرد الديدان الشريطية لإحتوائها على الثيانيدات والفلوريدات الطياره والاحماض العضوية والفيتامينات ومضادات الأكسدة وفيتامين سى والفسفور والحديد والماغنيسيوم ونسبة من المواد الدهنية وموادقلوية وسكرية وبروتينية وحمض الليمونين والألياف والفيتامينات بالإضافة للعناصرالمعدنية التي تساعد بشكل كبير على حيوية ونشاط الجسم ويحتوى على مادة التانين والفينول والأنثوثيانيدات ومفيد لقرحة المعدة والقولون والبواسير ومقوي للقلب وطار للدودة الشريطية وعلاج الدوسنتارياوعلاج الوهن العصبي وإلتهابات الأغشية المخاطية وقشر الرمان إذا طبخ وشرب ماؤه ساعد في علاج الإسهال وهضم الأطعمة الدسمة على المعدة.وعصيرالرمان الطازج والمذاب به ملعقة صغيرة من العسل يلين الأمعاء ويزيل الإمساك وينظف مجري التنفس والصدر ويطهر الدم. ومفيد للجلد وقرح الجلد وإلتهابات الكبد الوبائى وأمراض الصدر والأحبال الصوتية . والرمان مصدرغنى بمضادات الأكسدة والتى تقوم بدورمهم في وقاية الجسم من الأمراض المزمنة كأمراض القلب والأوعية الدموية وتصلب الشرايين وهشاشة العظام وسرطان الثدي.لأنة له قدرة على تدميرالخلايا السرطانية بطريقة الإنتحار الذاتى بينما لا يحدث تلفا في الخلايا الأخرى السليمة.

غنى بالحديد وفيتامينC يجعله مقوياً للدم ويحمى من الإصابة بفقرالدم



٢١ـالزبــــــادي أوالــــرايب. من أفضل ثـــلاثة أغــذيـــة

اللبن الرائب يساهم في التجدد الدائم والحيويـة الثابتـة وجمـال المظهـر وسلامة الأجهزة من الأمراض.ويحتوي اللبن الرائب على معظم الفيتامينات الهامة والمواد الدهنية فيه سهلة الهضم.والرايب من الحـليب بإضـافـة الـروبة أو الخمائراللبنية مفيد للمعدة ويقطع الإسهال ويخصب البدن ويفتح الشهية ويسكن الحرارة وجيد لمعالجة القلاع عندخلطه بالعسل ويدهن به الفم للصغاروفي الأبدان الحارة المزاج ويهيج الجماع .ويقضى على جراثيم القولون والمعدة والأمعاء كما يفيد في حالات إلتهاب الكبدوالكلى وضعفها وتخمرات المعدة حيث أنه طارد للغازات.كما يدرالبول ويكافـح الحصى في المثانة والكلى ويذيب الرمال . ويمنع تصلب الشرايين والوهن وتـهدئة الأعصاب والأرق ويجـمل الـوجـه ويـرطـب الجلد ويحتوى على٨٢%ماء و٦٨%اللاكـتوز.و٦%دهـون.و٤٥%بروتـين.و٠٤٨%وحامـض اللـبن و٦٠%والأملاح المعدنية.ويحتوي على فيتامينات.أ.ب.ج.د.كما أن الـمواد البروتـينية التي تدخل في تكوينه ذات القيـمة الحيوية العـالية . وأن المـادة الدهنية التي فيه سهلة الهضم .واللبن الرائب به معظم الفيتامينات المعروفة القيـمة الحيـوية والضرورية للجسم فهو غني بفيتامين "أ" ومجموعة فيتامين "ب" المركـب . ونسبــة ليست كبيـرة من فيتامين "ج" كماأنه ذات قيمة سعرية حرارية لابأس بهـا.ونظراً لأهمية فيتامين "ب" والموجودة في اللبن الرائب للشعر والبشـرة والعينين ويعتبرعامل الجمال والحيوية "ويساعدعلى مقاومة الجوع بين الوجبات.ومفيد لضعف الأمعاء وعسرالهضم والإمساك والإسهال وإلتهابات المعدة والأمـعاء ويفـيد اللـبن الرائـب المصابيـن بضعف الأعصـاب والأرق . ويعطى للأطفـال الصغـار من عمـر عشرة أشهروالذين يعانون من الحساسية للحليب والإسهال والأمراض المعوية والبكتريا

الموجودة في اللبن الزبادي تعطى كمية هائلة من فيتامين"ب"في القنـاة الهضميـة ويمتص هذا الفيتامين في الحال وينتشر خلال الجسم كله. وبكتريا حامض اللاكتيل التي تسـاعد علـى تخليق بعض الفيتـامينـات وتخليق البروتين للوصول للأحماض الأمينية مما يساعدعلى هضم الطعام بماتفرزه من إنزيمات فضلاً علـى إستطاعـة البكتريا الموجودة في الزبادي على تطهير المعدة وقتل الطفيلات. ويفيد الأشخاص الذين لا تسمح أمعاؤهم بشرب اللبن الطبيعي فيصابون عند تناوله بالإسهـال وذلك يرجـع لطبيعـة هـؤلاء الأشخاص الذين لديهم حساسية من اللاكتوز "سكر اللبن" الذي لا يتحلل إلى جلوكوزوجلاكتوزمما يتسبب في نموبعض أنواع البكتريـاالضارة



٢٢ـالـزعتـــــــر...قـــاتـــــل الفـــــيروسات والبكتـــريـــا

مـفيد لـلـجهاز الـتنفسى والـسعال الديـكى والإلـتهابات الشعبية والـربو ويعمل على تليين المخاط الشعبي ويسهل طرده للخارج ويهدئ الشعب الـهوائية ويلطفهاومغلي الزعتر يقضى على الفيروسات والبكتريا ويقـوي جهـاز المنـاعة ويطـرد السموم ويسهل إفراز العرق ويدرالبول ويحتوى على مواد راتنجية مقوية للعضلات وتمنع تصلب الشرايين وتوسع الشرايين وتقوي عضلات القلب ويعالج إلتهابات المسالك البولية والـمثانة ويشفي من مرض المغص الكلوي ويخـفض الكوليستيرول وفاتح للشهية ويطرد الغازات ويمنع التخمرات ومفيد للهضم والإمتصاص لإحتوائه على مـادة الثـيمول التى تعمل على قتل الميكروبات وتطرد الطفيليات من المعدة ومادة الكارفاكرول وهى مسكنة ومطهرة وطاردة للبلغم ومضادة للنزيف والإسهال ويقتل الأميباالمسببة للدوسنتاريا ويبيد جراثيم القولون فى وقت قليل. ويزيد وزن الجسم لأنه يساعد على الهضم وإمتصاص المواد الدهنية ومضاد للأكسدة ومنبه للذاكرة ومفيد لعلاج اللثة ووجع الأسنان ومنشط لفروة الرأس ويمنع تساقط الشعرويكثفه وينشـطه. ومضغـه ينـفع في وجـع الأسنـان وإلتهابات اللثة مع القرنفل وينـصح بالتمضمض به بعد أن يبـرد. ويقي الأسـنان مـن التسوس مضغا.ويقـلل إلتـهابـات الحلق والـحنجـرة والقصبة الـهوائية ويعمل على تنبيه الأغشية المخاطية الموجودة في الفم ويقويها. ويدخل في معجـون الأسنـان وهو يطهر الفم ومضغه يسكن آلام الأسنان وينظف ويطهر الجروح والقرح والمهبل فـي حالة السيلان الأبيض ويقلل الآلام الرومـاتـزمية والنـقرس وإلتـهاب المـفاصل وعـرق النســا ويستعمل غسولا وإستحماما وشرابا. وينشــط المناعة وينشط الـــدورة الدمويـــة



٢٣ـالــزنـجبــــيل.مشـــــروب فى الجـــــــــنة..قال

تعالى {ويسقون فيها كأسا كان مزاجها زنجبيلا} قال أبوسعيد الخدري أهدى ملك الروم إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم هدايا فيها جرة زنجبيــل فقسمها بين أصحــابه فأعـطى كـل إنســـان قطـعة وأعطــاني قطـعة). به ريــزومات وجليسيدات ثلاثية وليسين وبالمتيك واوليك ولينوليك وكابريلك وكابريك وليوريك وميرسيتك وميتاديكنـويك وهيبتـايكنـويك وستـيريك وارشـيدونـيك وكربوهيدرات وزيوت طيارة وراتنجات أهمها الجنجرول ونشويات هلامية وطارد للريح ومفيد لنزلات البرد وللهضم ومنع التقلصات والنقرس وتوسيع الأوعية ومنع الجلطات الدموية.وزيادة العرق والشعور بالدفء وتلطيف الحرارة وتقوية الطاقـة الجنسية ويقوى الأعصاب والجهاز المناعي بالجسم وينشط الغدد ويضبط الهرمونات بالدم ويفتح السدد ويطرد البلغم مضغا مع المستكى.ومنشط لوظائف الأعضاء ومسخـن ومطهرومقوى ويطردالسموم من الجسم ومفيدللشيخوخة والكلى والمثانة والمعدة الباردة ويدرالبول ويقوي الذاكرة والحفظ ومفيد للصداع والشقيقة والعشى الليلي والدوخة ودوار البحر ويقوي النظر وعلاج بحة الصوت وصعوبة التكلم ويطهر الحنجرة والقصـبة الـهوائـية ويقلل التوتـرالعصـبي والأرق والقلق ويطهر المعدة والقـولون العصـبى ويقـلل الإمـساك وضـيق النفـس والربـو ومفيد لأمراض الكلى والكبد وضعف الكبد وكسله وإلتهابات المفاصل والفقرات والإرهاق ومقوى جدا وهو مزاج لجميع المشروبات والأعشاب ويرفع الضغط المنخفض وينشط الدورة

الدموية ويقلل الوزن ويقلل إنتشارالسرطانات ويقضي على الجذور الحرة الشاردة



٢٤.زيت الزيتون..ورق الزيتون..شفاء.وقاية من الأمراض

الأمراض قال الله تعالى في سورة النور(اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِن شَجَرَةٍ مُّبَارَكَةٍ زَيْتُونِةٍ لَّا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُّورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَن يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ {٣٥}[سورة النور.[وقال أيضاً(وَشَجَرَةً تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سَيْنَاءَ تَنْبُتُ بِالدُّهْنِ وَصِبْغٍ لِلْآكِلِينَ) (المؤمنون:٢٠(وقال تعالى.{ وَالتِّينِ وَالزَّيْتُونِ}(التين.١ (وقال رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم : "كُلُوا الزَّيْتَ وَادَّهِنُوا بِهِ فَإِنَّهُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ".. لقد أشار القرآن الكريم لأهمية شجرة الزيتون وزيتها في عدة آيات ووصفها بأنها مباركة. أي كثيرة العطاء والفائدة وأمر النبي صلى الله عليه وسلم أصحابه ومن ثم جميع المسلمين بتناول زيت الزيتون أشارالقرآن الكريم بالبركة التي أودعها الله سبحانه في هذا الزيت العجيب. يحتوي زيت الزيتون على الأحماض الدهنية الغيرالمشبعة وحيدة الرابطة المزدوجة. وهوما يميزه عن بقية الزيوت وثمار هذه الشجرة تحتوي الدهن المكون من الأحماض الدهنية ومركبات أخرى فهو يحتوي على الأحماض الدهنية الأمينية مثل الفنيل ألانين الذي يعطي التيروزين والميلانين وهوصبغى للجلد والعين وهذه الصبغة (الميلانين)هي التي تصبغ البشرة حسب كميتها في الجلد ويحتوى أيضاعلى حمض الأوليك ومركبات الفينول والفيتامينات والأملاح المعدنية والبروتينات والسليلوزوالكربوهيدرات ومادة الألوروبين ويذيب

زيت الزيتون الدهون ويساعد في تقوية الكبد وعلاج الكبد الدهني.ويزيد من نشاط الكبد ويُحَسِّن وظائف الكبد.وهومضاد للسموم.ويـزيد من قدرة الكبـد على إزالـة السُّمِّوم. ويتفاعل في المعدة مع حمض المعدة ويمنع سرطان الأمعاء والمستـقيم ويقلل زيت الزيتون المادة الحامضية الضارة الناتجة عن تنـاول كميات كبـيرة من الدهون وزيادة إفراز الإنـزيم الذي يقي من تكاثر الخـلايا الغير طبيعية والسرطانية والبلدان التي تُستهلك فيها كميات كبيرة من زيت الزيتون حـالات سـرطان الأمعـاء والمستقيم أقل ويعمل زيت الزيتون على إنخفاض الكوليستيرول والدهون الثـلاثية والضغط والسكر فضلا عن فعاليته في عـلاج إلتـهاب المـفاصل والإمساك المزمن وآثار الشيخوخـة ويقلل من أخطارأمراض القلـب وتصلب الشـرايين. ويسـاعد في تعدين العظام ويقى من سرطان الثدى كما أن زيـت الزيتون يلطف السـطوح الملتهبة في الجلد،ويستـعمل في إزالة القشور الجلدية النـاجمـة عـن الإكـزيمـا وداء الصـدفيـة وزيـت الزيتون يخفض ضغط الدم المرتفـع.**٢٥..ورق الزيتون** له دور مفيد فى التخسيس الكلى والموضعى وضبط السكر والضغط وتقليل الدهون الثلاثية والكوليستيرول وتقليل دهون الكبد وتنـشيط الـدورة الدمـوية والمنـاعة وحماية القلب والدورة الدموية من التجلطات وإزالة الخلايا السرطانية من الجسم ورأيت له تأثيرعلى مرضى الضغط عجيب وعلى أمراض كثـيرة. ورق الـزيـتون شفاء لكثير من الأمراض مثل الفيروسات.A.B.Cوتقليل إلتهابات الجسم والمعدة وإزالة الأمساك ومنظف للبطن من الفيروسات والبكتريا والميكروبـات والفطريات المـعوية.يقوى وينظف الأوعية الدموية ويـزيد من تغذية عضلة القلب وعضلات الجسم ويمنع ضيق الشرايين..وهو أنفع من الزيت بكثيرويشـفى الضـغط المـرتـفع ويقلل السكر ويفتح شرايين القلب ويقلل القصور بالشرايين التاجية.ويقلل وظائف الكلى المرتفعه(اليوريا والكرياتينين)ويزيد التدفق الدموى للكلى..يتم نقعه وشرابة تم إستخلاص مركب الأولوروبين(oleuropein)الفعال من ورق الزيتون وهو يخفض ضغط الدم المرتفع ويزيـد من تدفق الـدم لشـرايين القلـب ويقلل الخفـقان ويخفف المغص المعوي.وفي أواخر الستينيات اكتشف العلماء مركباًآخر في ورقة

الزيتون هوlenoleic acid(حامض اللينوليك)لديه القدرة على قتل الفيروسات والبكتيريا والعديد من الطفيليات.وقد وجد الباحثون أن ورقة الزيتون تعتبر علاجاً فعالاً ضد الفيـروسات وتمـنع تكـون بعـض الأحمـاض الأمينـية المسئولة عن تكاثر الفيروسات كما أن لديها القدرة للدخول داخل خلايا الجسم لمنع تكـاثر الفيروسـات بداخله.ولـدية القدرة على قـتل البكـتريا المـقاومـة للمضـادات الحـيوية والفطريات المسئولة عن إفرازسموم مسببة لمرض(fatigue syndrome chronic)، وهي متلازمة الإرهاق المزمن بالإضافة إلى أمراض ضعف المناعة.تحتوي ورقة الزيتون على مضادات للسموم، مما يحمي القلب والدورة الدمـوية من مضاعـفات الشوارد الحرة(Free radicals)وهـويخفض ضغط الدم ويخفض الكوليستيرول الضار(LDL)والقوباء(Herpes virus)والفطريات(Yeasts) مثل الكانـديـدا Candida(داء المُبيَضَّات.وفطر(الكانديدا) يعيـش في الـدم بهـدوء،ويقـوم بإفراز السـموم بشـكل ضئيل وضعيف وعلى مرور الزمن تتراكم هذه السموم، ممـا ينتج عنه بعض المشـاكل الصـحية لـدى البعض،وبخـاصة إن حصـل لدى هذا الشخص ضعف في المناعة نتيجة اضطرابات نفسية، أو عمليات جراحية أو تعرض لأدوية كيماوية كثيرة..وهذا الفطريسبب الصداع المزمن،إسهال أو إمساك مزمن وحكة والإكزيما صدفية مشاكل في الجيوب الأنفية، آلام الطمث الزائدة والأرق ونزلات البرد وسوء الـهضم..وقمت أنا بأعطائة لمرضى الضغط المرتفع المعتمدون على أدوية أحادية وثنائية وثلاثية...فانخفض الضغط للمعدل الطبيـعى وقمـت بسـحب الأدوية تدريجيا...أعطيتة لمرضى الضغط الذيـن يعانون من إرتفـاع الكـريـاتينـين والبولينا(إختلال وظائف الكلى)...تحسن الوظائف للمعدل الطبيعى..أعطيتة لمرض الكوليستيرول والدهون وقمت بالفحص المعملى قبل وبعد..وتحسن الكوليستيرول والدهون للمعدل الطبيعى...أعطيتة لمرضى الفـيروسـات سى وبـى وكـانـت نتـائــج الفحوصات المعملية هى نقص أعداد الفيروسات بال PCRوتحسن وظائف الكبد وتقليل دهون الكبدبالفحص والسونـار,.أعطيتة لمرضى القصورالشريانى وتحسنت

كفاءة عضلة القلب بالموجات الصوتية..ويفضل إستعمالة مع أوراق التين بنسة سبعة لورق الزيتون إلى واحد لورق التين



٢٦ـالســدر...النبــق.من شجرالجنة..شفاء لأمراض كثيرة

قال تعالى(لَقَدْ كَانَ لِسَبَإٍ فِي مَسْكَنِهِمْ آيَةٌ جَنَّتَانِ عَنْ يَمِينٍ وَشِمَالٍ كُلُوا مِنْ رِزْقِ رَبِّكُمْ وَاشْكُرُوا لَهُ بَلْدَةٌ طَيِّبَةٌ وَرَبٌّ غَفُورٌ (١٥) فَأَعْرَضُوا فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ سَيْلَ الْعَرِمِ وَبَدَّلْنَاهُمْ بِجَنَّتَيْهِمْ جَنَّتَيْنِ ذَوَاتَيْ أُكُلٍ خَمْطٍ وَأَثْلٍ وَشَيْءٍ مِنْ سِدْرٍ قَلِيلٍ (١٦) كما ورد ذكر الســدر في ســورة النجم.قال تعالى (عِنْدَ سِدْرَةِ الْمُنْتَهَىٰ (١٤) عِنْدَهَا جَنَّةُ الْمَأْوَىٰ (١٥) إِذْ يَغْشَى السِّدْرَةَ مَا يَغْشَىٰ (١٦) وقال تعالى وَأَصْحَابُ الْيَمِينِ مَا أَصْحَابُ الْيَمِينِ (٢٧) فِي سِدْرٍ مَخْضُودٍ (٢٨) وَطَلْحٍ مَنْضُودٍ (٢٩)وعن مالك بن صعصعة عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه رأى سدرة المنتهى ليلة أسري به وإذا نبقها مثل قلال هجر[رواه البخاري] وفي الحديث الصحيح الذي رواه الستة وأحمد أن النبي صلى الله عليه وسلم قال "إغسلوه بماءوسدر"وقال ابن كثيرعن قتادة كنا نحث عن "السدرالمخضود"أنه الموقرالذي لا شوك فيه. فإن سدرالدنيا كثيرالشوك قليل الثمر. وقال الحافظ الذهبي. الإغتسال بالسدر ينقي الرأس أكثرمن غيره ويذهب الحرارة وقد ذكره رسول الله صلى الله عليه وسلم في غسل الميت. والنبق ثمر

السدر شبيه بالـزعرور. يعصم الطـبع ويـدبـغ المعـدة. وقال ابن القـيم:ينفع من الإسهـال ويسكن الصفراء ويغـذى البدن ويشـهي الطعام وينفع الصفراوي والكبد وهـو بطيء الـهـضم. ويصلح الأمـزجـة الصفراوية ويحـتوى على القـلويـدات والفلافونيدات ومواد عفصية والستيرولات والتربينات الثلاثية ومواد صابونية واليكوسيانيدين والفركتوزوالجلوكوزوالرامنوز والسكروز



٢٧.السعـــــــــــــد..مع زيت زيتون لإزالة الشعر دهانا

يحتوي على زيت ثابت وزيت طياروالجلوكوز والفركتوز بالاضافة إلى كمية كبيرة من النشاء والجلوكوزيدات والقلويدات ومواد كيتونية وعفصية وفيتامين ج ومواد مرة.مفيد فى علاج الآم البطن وقتل الدود وعلاج الناصور والحمى وعلاج أمراض القلب وسلس البول ولإنبات الشعر وتسكين ألم العصب ويزيل الخفقان واليرقان والصداع ويدرالطمث والبول ويفتت الحصى ومفيدللبواسير والقرح ويسكن الريح وينفع المعدة ومطيب للنكهة ومسخن للمعدة والكبد وعفن الفم والأنف ومفـــيد لإمراض اللثة والإسهال والدوسنتارياوالإستسقاء وسوءالهضم والقيء ومفيد لإزالة الشعر.يخلط مع زيت زيتون ويدهن المكان بعد إزالة الشعر منه



٢٨ـالسنــامكـــــــــة..تنظف الأمعاء.وتقضى على الإمساك

عن عُتْبَة بْن عَبْدِ اللَّهِ عَنْ أَسْمَاءَ بِنْتِ عُمَيْسٍ أَنَّ رَسُـــــولَ اللَّهِ صلى الله عليـه وســـــــلم سَأَلَهَا بِمَ تَسْتَمْشِينَ قَالَتْ بِالشُّبْرُمِ قَالَ حَارٌّ جَارٌّ قَالَتْ ثُمَّ إسْتَمْــشَيْتُ بِالسَّنَا فَقَالَ النَّبِيُّ صلى الله عليــه وسلم لَوْ أَنَّ شَيْئًا كَانَ فِيهِ شِفَاءٌ مِنَ الْمَوْتِ لَكَانَ فِي السَّنَا.رواه الترمذي وابن ماجة وأحمـد. وفي رواية :"عليكم بالسنا والسنوت فإن فيهما شفاء من كل داء إلا السام وهوالموت" (حديث حسن) انظر حديث رقم: ٤٠٦٧ في صحيح الجامع. وكان يستخدم على نطاق واسع في عهد الرسول صلى الله عليه وسلم حيث ورد ذكره في عدة أحـاديث. فقد رواه إبـراهيـم بـن أبي عبلة قال سمعت عبدالله بـن أم حــرام وهــو ممـن صـلى مع رســول الله صـلى الله عليه وسـلم في القبـلتين يقـول "عليكـم بالسـنا والسـنوت فإن فيـها شفاء من كل داء إلا السام"أخرجه ابن مـاجه فـي السـنن.وابن السـني وأبونعيم في الطب النبوي.وعن عائشة رضي الله عنهاعن النبي صلى الله عليه وسلم قال"لو كان في شيء شــفاء من الموت لكان في السنا"يحتوي على الجلـوكوزيدات الأنثراكيتونية والســنوزايد وبها أربعة.أ.ب.ج.د. وتحتوي علـى الجلـوكـوزيـدات النفثـالينيـة والمـواد الـهلامية والمواد الفلافونيدية وزيت

طيارة.وهوأفضل مسهل وينقي الدم ويقتل الفيروسات والفطريات.وينفع من الوسواس والصداع العتيق والبثور والحكة والصرْع ويسهل بلا عنف. ونافع في إخراج مادة السحرأو بعضها مأكولا أومشروبا ولأمراض البطن وقرحة المعدة والأميبا والقلب والجيارديا وأمراض الجهازالهضمى





٢٩ـ الســـــــــــــواك...الأراك..من سنن سيدنا محمد

في الصحيحين عن الرسـول صلى الله عليـه وسلـم قـال"لو لا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة". وفيهما أنه صلى الله عليـه وسلم كـان إذا قـام من الليل يشوص فاهه بالسواك، وفي صحيح البخاري تعليقا عنه صلى الله عليه وسلم "السواك مطهرة للفم مرضاة للرب"، وفي صحيح مسلم "أنه صلى الله عليه وسلم كان إذا دخل بيته بدأ بالسـواك"وصح عنه من حديـث أنه إستاك عند موته بسـواك عبدالرحمن بن أبي بكر وصح عنـه أنـه قـال "أكثرت عليكم في السـواك" وأصلح ما أتخذ السواك مـن خـشب الأراك ولا ينبغي أن يؤخذ من أشجار مهجورة فربماكانت سامة.تحتوي جذورالأراك على القلوريدات أهمها السلفارورين والتراي ميثيل أمين ونسبة عالية من الكلوريد والفلوريد والسيليكا والكبريت وفيتامين ج وكميات قليلة من الصابونين والعفص والفلافونيدات ويحتـوي على كميات كبيـرة من السيتوسترول والمواد الراتنجية ويعمل على وقف نموالبكتيريا بالفم لإحتوائة على الكبريت.والتراى ميثـيل أميـن يخفـض من الأس الـهيدروجيـني للفم(وهوأحد العوامل الهامة لنمو الجراثيم) وبـالتالي فإن فرصة نمو هذه الجـراثيم تكون قليلـة جـداً.ويحتوي الأراك على فيتاميـن ج والسيتوستيرول

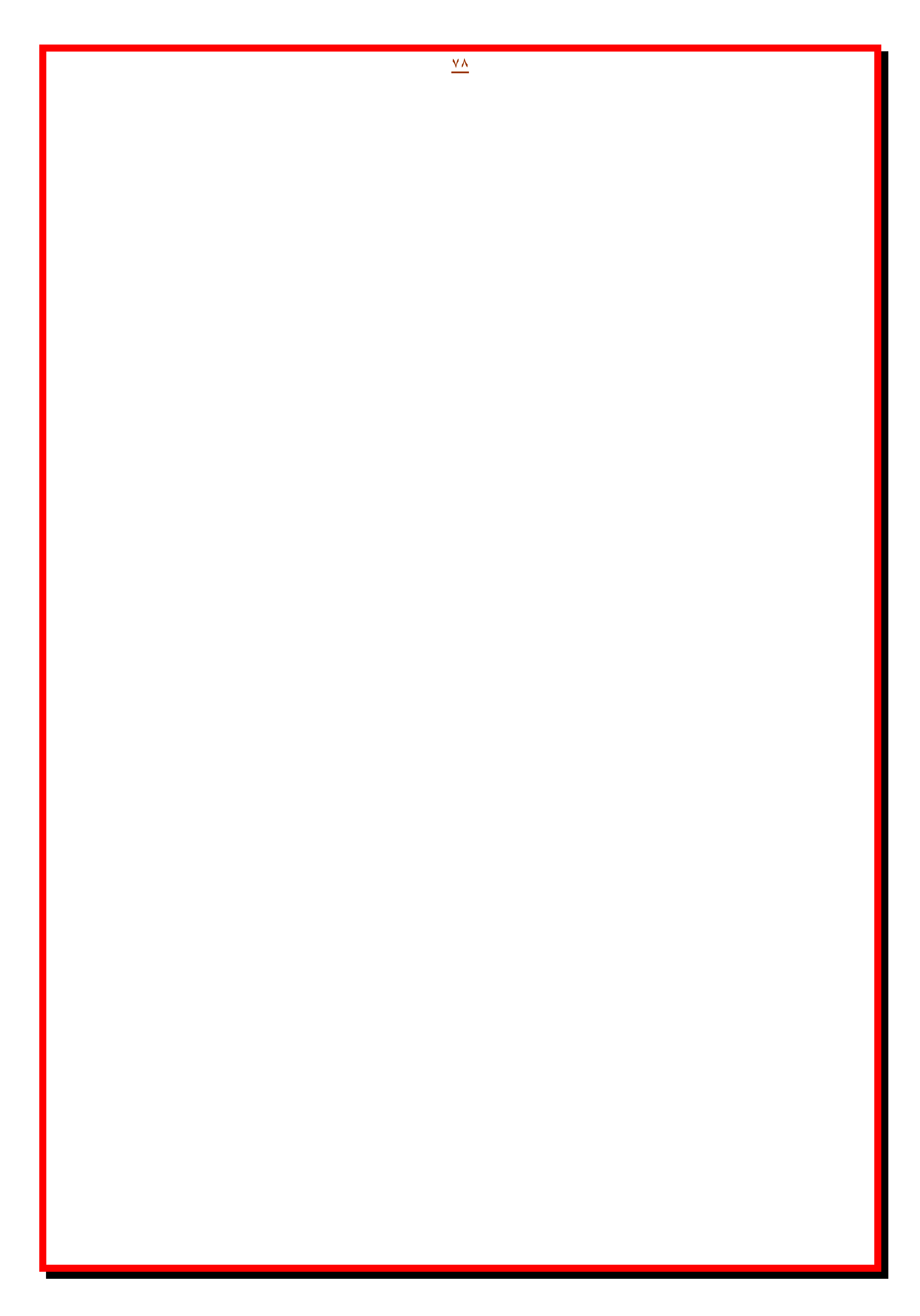
المفيدتان لتقوية الشعيرات الدموية المغذية لللثة ويذيد وصول الـدم إليها بالكمية الكافية،عـلاوة على أهمية فيتامين ج لحماية اللثة من الإلتهابات ويحتوي الأراك على الكلـورايـد والفلـورايد والسيليكا وهي مواد تزيد من بياض الأسنان وطلاء الأسنان بمسحوق الأراك يجلو الأسنان ويقويها ويصلح اللثة وينقيها من الفضلات والجراثيم.الأراك مقوي للمعدة ويحسن الهضم ويخرج البلغم ومفيد لألآم الظهـرومدر للبول وينقى المثانة ومضاد للإسهال منقوعا ومغليا ويقتل الفيروسات والبكترياوالفطريات.ويرضى الله عزوجل



٣٠.الشـــاي الأخـضــر..يقلل الوزن.يكافح الخلايا السرطانية

يقلل الكوليستيرول ويكافح الأورام السرطانية ويمنع نمـو الأوعيـة الـدمـويـة التي تغذي هذه الأورام وتساعدهاعلى البقاء.ومضاد للأكسدة ويقلل ضـغـط الدم المرتفع لإنه يـؤدى لإسـترخاء العضـلات الملـساء.وهومضاد للبكتـيريا المعدية.وخـاصــة الأنواع المسببة للإسهال والنزلات المعوية.ويحافظ على سيولة الدم ويقاوم حدوث الجلطات والتخلص مـن الوزن الزائـد وإنتـظام حركة الأمــعاء،ويقى من الإمســاك ويزيد من كفاءة جهاز المناعة ويحتوي على الفلورين المقاوم لتسوس الإسـنـــان





٣١.شـــرش الــزلـــوع..يزيد الرغبة الجنسية

عشبة طبيعية ومفعولها أقوى من مفعول الفياجرا وبدون ضرر.منشط ومقوى جنسي مهم لمعالجة ضعف الإنتصاب.ومنشط للقلب والجهاز العصبي ويساعد على تجديد الخلايا



٣٢.الشـــــعـير.وقــــــايـــة ويـمـنـــــــع الأمـراض

تتحد الألياف الموجودة في الشعيرمع الكوليستيرول الزائد في الدم فتساعد علـى خفض نسبه الكـوليستـيرول بالدم.وينتج عن تخمر الألياف في القـولـون أحمـاض دسمـة تمتص من القـولـون السموم وتخرجة مع الفضلات.وتحتوي حبوب الشعير على مركبـات تقـلل معدلات الكوليستيرول وتـرفـع منـاعـة الجسم وتنشط الدورة الدموية كالبيتاجلوكانB-Glucanومشـابهات فيتاميـات"هـاء.والتـوكوتـرينـولات Tocotrienolوالليجنـان التي لـهـا القـدرة على تثبيط إنزيمات التخليق الحيوي للكوليستيرول.ومفيد لأمـراض القـلب والـدورة الـدمـويـة ويحـمي الشــرايــين مــن التصلـب خاصـة شـرايين القـلب التاجية.ويقي من التعرض لألآم الذبحـة الصـدرية وأعــراض نقــص التــرويــة(Ischemia) وإحتــشاءعضــلة القــلب (Heart Infarction). ويظهرالإعجاز في قـول النــبي صــلى الله علــيه وسلم" التلبينة مجمة لفؤاد المريض تذهب ببعض الحزن."مريحة لقلب المريض.ومفيدة للإكتـئاب لإحتــواء الشعيــر على البوتـاسيوم والماغنسيوم ومضـــادات الأكســدة وفيتـامين "B"وفيتـامـينE و.A.والأحمــاض الأمينــية.مثل التريبتــوفان Tryptophan الذي يدخل في التخـليق الحيـوي لإحد النـاقـلات العصـبـيـة وهـو السيـروتـونيـن Serotonin والتي تـؤثـر بشـكل بــارز في الحــالة النفسيـــة والمـــزاجيـــة للإنسان.ويمتازالشعير بوجود مضادات الأكسدة مثل (فيتامين E وA.وقد توصلـت الدراســـات الحــديثة إلى أن مضـادات الأكسدة يمكنهــا منـــع وإصـــلاح التـــلف بالخلايا يكون بادئا أو محرضا على نشوء ورم خبيث.إذ تلعب مضـــادات الأكسـدة دورا في حماية الجسم من الجذور الحرة (Free radicals) التي تدمر الأغشية الخلوية.وتدمرالحمض النوويDNA.وقد تكون المتهم الرئيسي في حدوث أنــواع معينة من السرطان وأمراض القلب،والشيخوخـة نفسها.ودور مضـــادات الأكسـدة مفيد في مقاومة الأمراض والحفاظ على الأغشية الخلوية وإبطاءعملية الشيخوخة وتأخير حدوث مرض الزهايمر.وقد حبا الله الشعير بوفرة الميلاتونين الطبيعي

غير ضاروالميلاتونين هرمون يفرزمن الغدة الصنوبرية بالمخ خلف العينين.ومع تقدم الإنسان في العمر يقل إفرازالميلاتونين.وترجع أهمية الميلاتونين إلى قـدرته على الوقاية من أمراض القلب،ويقلل الكوليستيرول بالدم،ويقلل ضغط الـدم.ولـه علاقة أيضا بالشلل الرعـاش عنـد كبـار السن والوقاية منه.ويزيد الميلاتونين من مناعة الجسم،كما يعمل على تأخير ظهور أعراض الشيخوخة، كما أنه أيضا له دور مهم في تنظيم النوم والإستيقاظ. وتحتـوي الأليـاف القـابلـة للـذوبـان في الشـعير علـى صمـوغ"بكتينات"تذوب مع الماء لتكون هلامات لزجة تبطئ مـن عمليتــي هضــم وإمتصاص المواد الغذائية في الأطعمة؛ فتنظم إنسياب هذه المــواد في الدم وعلى رأسها السكريات.مما ينظم إنسياب السكربالدم،ويمنع إرتفاعه المفاجئ عن طريق الغذاء.والشعير ملين ومهدئ للقولون لإحتوائة على الألياف ويقلل الضغط والسكر لإحتوائة على البوتاسيوم والماغنسيوم.ويحتـوى على النشـا والبروتين، والأملاح المعدنية منها الحديد والفوسفور والكالسيوم والبوتـاسيـوم.ملـــين ومقو للأعصاب ومنشط للكبد.ومفيد للسعـال ويخفض درجـة الحــرارة.ومفـيد للجـروح المتقيحة غسـولا.ومفيد للإسهـال والدوسنتـاريـا وإلتهـاب الأمعـاء شرابـاوخـبزة أفضل الخبز



٣٣.الشمـــــــــــــر..يـزيــــد لبــــن المرضـــــعات

ورد عن السنوت عدة أحاديث،فقد ورد عن إبراهيم عن أبي عبلة قال: سمعت عبد الله ابن أم حرام وهو ممن صلى مع النبي صلى الله عليه وسلم القبلتين "عليكم بالسنا والسنوت، فإن فيهما شفاء من كل داء".أخرجه ابن ماجة في السنن. وذكرعبدالملك بن حبيب قال: عن أنس بن مالك أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال"عليكم بأربع فيهن شفاءمن كل داءإلاّ من السام(وهو الموت)السنا والسنوت والثغاء والحبة السوداء.الشمربة .ومفيد لإنتفاخات البطن وكثرة الغازات ونزلات البرد وتسكين الأم شرابا وغسولا وإستحماما ويزيد لبن المرضعات كثيرا ويدر البول والطمث ويفتت الحصوات.ويحلل الريح وينفع فى تهيج الوجه وورم الأطراف،والتبخربه يقلل الصداع ويطرد السموم.ومفيد للمعدة ومشاكل الهضم والقئ والغثيان والمغص والإسهال.والإستراجول مفيد لضبط الهرومات الأنثوية ويزيد الحالة الجنسية لدى النساء.وعلاج إحتقان الجهاز التنفسي ويذيب المخاط وطارد للبلغم. وعلاج الإضطرابات الهضمية والإمساك وحصوات الكلى والإضطرابات المرتبطة بإرتفاع نسبة حمض اليوريك.وغرغرة لعلاج إلتهابات الفم واللثة.ويسكن إلألآم وينشط الدورة الدموية شرابا وغسولا.ومفيد للربووالسعال الديكي وإلتهاب الحجرة (بحة الصوت) وسوء الهضم في المعدة والأمعاء والإلتهابات الحادة والمزمنة وسرطان المعدة وإلتهاب حوض الكلى والمثانة والمسالك البولية.وعلاج القولون العصبي ومفيد للمرضعات





٣٤.الشـــــــــــــوفـــان..غـــــــــــذاء وشـــــــفاء

طعام مفضل للأطفال والمرضى وكبار الســن.ويخفض الكـوليستـيرول والـدهــون الثلاثيــة الضــارة ويضاد الإجهــاد ويجـلب النوم ويقـوى المناعة وينشـط الـدورة الدمويــة.يحــتوى على القلــويــدات (ALKaloids) والسيــترولز (Sterols) والفلافونيـدات (Flavonoids) وحمض السليسيــك (Silicic acid) والنشا (starch)والبروتين(Proteins)والذي يشمل الجلوتين(Gluten) وفيتامينات وبالأخص مجموعة فيتامين ب ومعادن مثل البوتاسيـوم والكالسيوم والماغنيسيوم والفوسفوروالحديـد والصوديوم وهيدرات الكربون كما يحتوي على دهن وهرمون قريب من الجـرييبن (الهرمون المبيضي)وعلى الكاروتين بالاضـافـة الـى فيتـامين ب.وفيتامين د.مفيد للروماتيزم ومشاكل المثانة والكلى.وأمراض الصدر وأمراض الــرئة والسعال المزمن والنقرس والبثور.مفيد للإجهــاد والأرق ومهدئ وجالب للنوم.مقوٍى للأعصاب ومنشط.ويفتت حصوات المجاري البولية وإضطرابات البول ويلين ويسكن آلام البواسير.مفيد لمرضى السكر ومرضى الغدة الـدرقــيــة ويقـلل الأمـلاح الـزائـدة داخـل الجـسم ومنـه خبــز الشـوفـان عـــلاج وشــفـاء وغـــذاء



٣٥.الـصبـــــــــــــــار..لأمـراض الجـلد والشــعر

يقوي بصيلات الشعر والحفاظ على نضارة الجلد عموماً،ويستـخدم علاجاُ لأمراض الجلد والحروق وفطام الأولاد عن رضاعـة الثدي وعلاج الناصور الشرجى وغيرة

يتم وضع السائل الزلالى للصبار على الناصور حتى الشفاء



٣٦.الـعـاقــــــول..لأمـــــــراض الكبد

يحتوي نبات العـاقـول على مـواد كربوهيدراتية وجلوكوزيدات وفـلافونيدات ومواد عفصية وستيرولات غيرمشبعة وموادراتنجية وسكر مختزل وزيت طيار والجـذور لاتحتوي على الزيت الطيارويحتوي النبات على مواد أنثراكينونية وصابونية

مفيدة لأمراض الكبد والجهازالهضمى والمعدة والأمعاء والبواسيروالأمساك والروماتيزم وحصى الكلى والإمساك ومقيء ومدر للبول شرابا وللجلد دهانا وبخورا وطلاء ولو برمادها



٣٧.العرعـــــــــــــر...Juniperus

مطـهر ومـدر للبـول ومنبــه وطـارد للـريــح. ومفيد فى الإنتفاخات وعسر الـهضـم والروماتزم المفصلي والعضلي.وعـلاج الـديدان الشريطية وعلاج البطن والشـرج والربو والأمراض الجلدية المزمنة.يحتوي على زيت طيار وأنيولين ومواد سكرية وراتنجية وصمغية وشمعية طعمها مر ومركبات كثيرة تصل إلى ٨٠مـركبـاً وكــان أهمها البانين.والبايونيك أسد.والكامفين.والسدرال.والسـيدريـن،والسيسكوتـربـيـن والقلويدات والجلـوكـوزيـدات القلوية والأحماض العضوية والكالسيوم.ومواد قاتلة للبكتريا. مفيد للجرب وقتل القمل والصيبان غسولا.. مفيد لتسكين الألآم وأمـراض القلب والصرع وإلتهابات المســالك البـولية ولإدرار البول ولتسكين المغص الكلوي والحمى ولإدرارالطمث ولإزالة ألآم المفاصل والروماتيزم.وعلاج الحروق.والدودة الشريطية والنزلات المعوية وعلاج السعال والربو والـصداع وضعــف الأعـصاب



٣٨.عرق السوس.يرفع الضغط المنخفض.شفاءلقرحة المعده.كورتيزون طبيعى

يحتوي على أملاح البوتاسيوم والكاليسوم الصوديوم وهرمونات جنسية ومواد صابونية تسبب الرغوة والجليسريزين والكورتيزون الطبيعى وسكرالجلوكوز والسكروز ومادة الأسبرجين ويحتوى ومركبات الكاربينوكسولون والإستيروجينات النباتية والفيتوإستروجين والقلويدات والتانينات والجليكوسيدات والإسترولات والتربينات الثلاثيه ومضادات الأكسدة والكومارينات ومضادات الأكسدة ويصفي الصوت وينقي قصبات الرئة وينفع في الحميات والإلتهابات الرئوية والسعال وإلتهاب وقرحة المعدة وأوجاع الصدر وإلتهابات الرئة والكبد والمثانة والإمساك ويفيد فى إلتهابات المفاصل لأنه ينشط إفرازالكورتيزون والألدوستيرون بالجسم ومدر للبول وملين خفيف ومنشط لإفراز العصارة المرارية ويعالج قرحة المعدة والإثني عشر وقرح الفم لوجود حامض الجلسريزيك ولاسيما أنه مضاد حيوي يعالج العدوي بالجهاز التنفسي ومضاد للحساسية وبعض أنواع جذوره أكثرحلاوة ٥٠ مرة من السكرالعادي ويمكن مضغها أو تؤكل كحلويات.ويمكن إستخلاص حامض الجليسريزيك لتستعمل في الطعام ومستحضرات التجميل وهناك ١٢ نوع من جذورالعرقسوس تختلف في الطعم وتعالج الكحة وإلتهاب الحلق وتلطفه ويزيد المادة المخاطية التي تحمي جدار المعدة ويقلل إفرازالحامض بها ويساعد علي إلتئام القرحة ومفيد للأمراض الجلدية لإحتوائه على الكورتيزون الطبيعى.وعرق السوس يقوي جهاز المناعة ويهضم الطعام وشفاء لإلتهاب الكبد وينظم الدورة الشهرية ويعالج الإكزيما والأمراض الجلديه دهانا.لكن هناك محاذير عليه لأن به مادة الجلسريزين التى ترفع ضغط الدم وتسبب إحتباس الماء بالجسم والإقلال من عنصرالبوتاسيوم وزيادة الصوديوم. ولهذا يتجنب تناوله لمرضي الكلي والقلب والكبد والضغط المرتفع والحوامل الذين يتعاطون مدرات البول أواللانوكسين ومشتاقات الديجيتالس.وتوجد خلاصة منزوعة الجليسريزين وهذه الخلاصة يؤخذ منهامن ٧٠٠ – ١٥٠٠ مجم قبل الأكل بعشرين دقيقة لمدة ٨-١٦

إسبوع.ولا تؤخذ بعد الأكل حتي لايبطل مفعولها. وتعـالج بها قرحة المعدة والإثني عشر لأنـها تنشط إفراز مادة السكـريتـين التي لـهـا تأثير في حمـايـة وبنـاء الغشاء المخاطي الذي يبطن جدارالمعدة ولاتتعارض مع أدوية القرحة بل تدعمها.ولاترفـع الضغط. وخلاصتة عندما تختلط باللعاب تنشط نموخلايا المعدة والأمعـاء. ويضاف مقدار قليل من الماء إلى مسـحوق جـذور العرقسـوس مع التقليب وذلك بعد إضافة قليل من كربونـات الصوديوم ثم يوضع المسحوق المندى فـوق شـاشـة يضاف إليه الماءالقليل ثم تخفف الخلاصة المركزة حسب الطعم .وهـو منشـط للغـدة الكضرية لإفرازالكورتيـزون والـذي ينفـع فـي الربو والعيون والجلـد وغيـرها من الأمراض التي يعطى لها الكورتيزون.يتم شراب العرقسـوس من ٤٠ـ٦٠ جرام من الجـذور يوميا منقوع في الماء تؤخذ على جرعـات في اليـوم. ويـدخـل في صناعة السجائر ويستـخدم في إطـفاءالحـرائـق وصـناعة الدهـانات وهنـاك تحـفظ على العـرقـسوس لأصحاب الكى الضعيفة والضغط فهو يزيـد من الترسب في الكلى ويـرفـع الضغط. يساعد على شفاء قرحة المعدة ومفيد لحرقان المعدة والأمعاء والكبدلإحتوائه على معـادن مختلفة ويدرالبـول ويشـفي السعال المزمن والرشح البرد ويجلـب الشهية ويسهل الهضم ومفيد لمرض السكرومنشط عام للجسم والمناعـة ومنظـف للدم ومفـيد للروماتيـزم...يحتوي على البوتـاسيوم والكالسيوم وهرمونـات جنسية



٣٩.عـروق الصبـاغـيـــــن .. Greater Celandine

يحتوي على قلـويـدات الأيـزوكيـنوليـن والألـوكـريبـتونيـن والبربرين والكيليدونين والسبارتين والشيلودينين وله تأثيرمضاد للتقلصات ومخفض للضغط ومفيد للبصر وتصفيته ومدرللصفراء المرارية وإخراج حصى المرارة ويقضي على ألآم المرارة وسرطان البنكرياس وإلتهاب الكبد والمرارة وقرحـة المعدة والأمعـاء مرة يومـيا



٤٠.العصفـــــــــــر (Safflower) شـــرابا وغســول

ملين ومدر للبول والحمى والحصبة والطفح الجلدي.والدمامل.ومفيد للشـريان التاجي والجلطات ومشاكل الدورة الشهرية ونزول الطمث واليرقان وألآم البطن بعد الولادة.ويعالج الكدمات وألآم الجلد والإلتهابات والجروح وألآم المفاصل



٤١.العنـــــب (Grape) من فاكهه الجنة

يحتوى على مواد سكرية سريعة الإمتصاص وسهلة الهضم حيث يتركز سكر الجلوكوز وسكرالفركتوز والفيتامينات مثل فيتامين ج.والعناصرالمعدنية وفيتامين ب والبوتاسيوم والكالسيوم والصوديوم.**يقلل تصلب الشرايين ويقلل نسبة الكوليستيرول ومضاد جيد للسرطان.ومفيد لهشاشة العظام ويعمل هرمون الإستروجين على إمتصاص الكالسيوم والذي يكون في الغذاء عادة ولكن نسبة إمتصاصه تنخفض مع تقدم العمرعند الرجال وعند النساء.وتأثيره عند السيدات أكثر والعمل الذي يقوم به هرمون الإستروجين مهم جدا في عملية إمتصاص الكالسيوم وزيادة عملية ترسب وإضافة الكالسيوم للعظام ويساهم بشكل مباشر في تقوم العظام والحد من هشاشتها وضعفها..لذلك فإن هناك علاقة غير مباشرة لإستهلاك العنب وعملية قوة وسلامة العظام والحد من مشاكل هشاشة العظام**



٤٢.العـــنـبـر (Ambergris)

أجود العنبر الأشهب القوي ثم الأزرق ثم الأصفر ويخرج من بطن الحوت..شـديـد التفـريـح ويقـوي الباه وينفـع سـائر أمـراض الـدماغ خصـوصا الجنـون والشقيـقة ويستخـدم فـي إبطال السحر المـأكول والمشروب..يحتوي على حوالي ٢٥% مـادة تسمى الأمبيرين(ambrein)ولة رائحة تشبـه رائحة المسك وقيمـتة كبيـرة فـي تحضيرأرقى وأجود العطور ويفتح الشهية ويزيد الوزن والقـدرة الجنسيـة ويخفف ألآم وإلتهابـات المفـاصـل ويستعمل كمسهل وطارد للغازات المعوية شرابا وطلاءآ من الخارج وترياق لعـدة سموم وهوجيد للمعدة والأمعاء والكبـد والمثـانة ومفـيد لعلاج الشلل النصفي وشلل الوجه ومرض الرعاش والتيتانوس والصداع النصفـي وألآم الصـدر والسعال والربو.يقـول داود الأنطاكي:عنبر: الصحيح إنـه عيون بقعر البحر تقـذف دهـنيـة فإذا فـارت على وجـه الـماء جمـدت فيلقيـها البحر إلى الساحل وقيـل:هو طل يقع على البحـر ثـم يجتمـع .وأجوده الأشهـب العطر ويليــه الأزرق فالأصفر فالفستـقي والـذي يمضغ ويمـط ولـم يتقـطع فهـو خـالص وغيـره رديء منه ألـف مثـقال وخالصة يوجـد فيه أظفار الطيـور لأنها تنزل عليه فيجـذبهـا وهـو حــار في الثانية يابس في الأولى . ينفع ســائر أمـراض الدماغ الباردة وغيـرهمـا خاصة من الجنون والشقيقة والنزلات وأمراض الأذن والأنــف والصــدر والسعال والربــو والخفـقان وأمراض الرئة وضــعف المـعدة والكبد والإستسقاء واليرقــان والطحال وأمراض الكلى والرياح الغليظة والفالج واللقوة والمفـاصـل والنسا شمـاً وأكلاً. وشديد التفريح خصوصاً بمثله بنفسج ونصفه صمغ ،أو في الشـراب مفـردأ ويقوي الحـواس ويحـفظ الأرواح وينعـش القوى والجـماع ويهـيج الشهـوتـين وإن مزج بماء العسل أعاد الشهوة بعد الياس والطلاء به عند الفعــل يجدد اللــذة ودخــانــــه يطــرد الهـــوام ويصلــح الهــواء ويمــنع الوباء

٤٣.الفـــــــراولــــــــة

تحتوى على الألياف والمواد البروتينية وفيتامينات.ب.ج.هـ.ك..وتساعد على الهضم لإحتوائها على أملاح البوتاسيوم وأحماض عضوية **ومدرة للبول وتقلل ضغط الدم ومنظفة للدم وتزيل السموم وتقوى المناعة ومطهرة لإفرازات المراره وقاتلة للجراثيم وتقلل النزيف وتجدد الحيوية. ومفيدة للرماتيزم وألآم المفاصل والنقرس والكبد والمرارة والصفراء والسل والكلى والمثانة والحصوات وإلامساك وإلتهاب الأعصاب وإلاسهال .. وتجميل الوجه وإزالة صفرة الأسنان تدليكا**



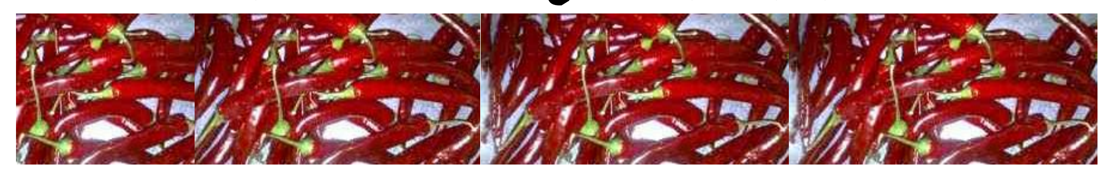
٤٤ـ الـفـلـفـــــــل"الـقـلـيـفـلـه"الـبـــــــــــارد

من أفضل منشطات ومكسبات الحيوية والـدورة الدموية والـهضم.وينظم ضغط الدم ويقوي نبضات القلب ويخفض الكـوليستـيرول وينشط الدورة الدموية والمنـاعـة ويوقف النزيف ومفيد لشفاء الجروح والقرح.ويجدد الأنسجة التـالفـة.ويخفف من الإحتقـان.ويساعدعلى الـهضم كما أنـه يخفف من آلام إلتـهاب المفاصل والرومـاتيزم ويمنع إنتشارالأوبئة ومضاد للتشنجات.ومضاد للبكتيرياوالفيروسات لإحتوائه على فيتـامين سي والأمــلاح المعـدنية وفيتامين"أ"والكبــريت والـحديـد والكـالسـيوم والماغنيسـيوم والفـوسفـور.ومضـادللأكسدة.ويخفف ألام الجهازالتنفسى ويعالج أمــراض الـقلب والـغـدة الـدرقيـة والإسهــال والدوسنـتــاريا المصحــوبة بخــروج دم ومخاط مع البراز ومفيد لرائحــة الفـم الكريهــة أكلا وشــرابا مغليــا ومنقـوعا



٤٥ـ الشطة..الفلفل الحار

تحتوى على الكابسيسين ولا تضر ببطانة المعدة والأمعاء ومضادة للبكتيريا وتساعد على الشفاء من الإسهال وتخفيف ألألآم الروماتيزمية الحادة والمزمنة ومفيدة لعلاج القوباء وهو مرض فيروسي يصيب الأعصاب السطحية الممتدة بمنطقة الصدر وتظهرالإصابة فى صورة حويصلات بها قاعدة حمراء ويصاحبها حرقان وألم شديد وهذا المرض يزول تلقائياً بعد مضى حوالى ثلاثة أسابيع وقد يكون مزمنا. مفيدة لمشاكل مرض السكرعلى القدمين مثل التنميل والشكشكة وألآم القدمين وذلك بعمل حمام دافئ به ملعقتين شطة وملعقتين خردل لمدة نصف ساعة يوميا ومفيدة للصداع وتنشط الدورة الدموية والمناعة



٤٦.الـفـلـفــل الأســـــــــود

يحتوي على زيت عطـري طيـار من أهم مـكونـاتـه الكـافـيين والبيتابيزابـولـــين والبيتاكاريوفللين وكثير من التربينات الثلاثية والتـربـينات الأحادية والنصفية ومن أهمهـا الســابنــين والليمـونين ويحــتوي علـى البيــتاوالألفـابينيــين والـدلتـاكارين والفلـويـــدات والببـــريـــن والببــرلين والببــروليــن والكمــباريــن بالإضــافة إلــى ٤٥%متعدادات السكر وزيوت دهنية..قال داود الانطاكي.حاريابس يجلو الصوت ويقطع البلغم ويحـلل الســعال والـربــو وضيـق النفــس والرياح الغليظة والمغص سعوطاً خصوصاً بالنطرون.وإن طبخ في الدهن يذهب الرعشة والفالـج ويقـع فـي الأكحـال ليجـلـو الظـلمة والـبـياض"والفلــفل يستــخـدم منــذ أزمنـــة طـويـلة كأحآد البهارات الهامة في المطبخ.مطهرللجهازالهضمي والدوري ويحسن الهضم ويقلل الغثيان وألآم المعدة وإنتفاخ البطن والإمساك وفقدان الشهية وألآم الروماتيزم وألآم الأسنان ومضاد للجراثيم ويخفف الحمى ومع العسل والبصل يزيل الثعلبة



٤٧ ـ الفـلفـــــل الابيــــــــــض

يحتوي على زيوت طيارة وعلى الفـلانـدرين والديبيتين وبروتين ونشا ويجلو الصوت ويقطع البلغم وينفع للربــو وضيق التنفس سعوطا وطاردا لأرياح وغازات الـمعدة ويزيل التجشؤ.قال داود الأنطاكي.حـار يـابس يجلو الصوت ويقطع البلغم ويحلل السعال والربو وضيق النفس والرياح الغليظة والمغص سعوطا خصوصا بالنطرون،وان طبخ في الدهن (يفضل السمن البري) يذهب الرعشة والفالج ويقع في الأكحال ليجلو الطلحة والبياض ويستخدم الفلفل على مرالعصور لإنبات الشعر المتساقط (الثعلبة) ولا سيما إذا استعمل مع البصل والعسل ويفجرالدامس ويسخن الأعضاء التي غلبت عليها البرودة،والفلفل الأبيض يزكي الذاكرة ويحرك الرغبة الجنسية إذاشرب مع حليب الغنم والعسل،وهو يفتح الشهية ويؤثر تأثيرا كبيرا في الأجزاءالحية التي تلامسه مباشرة،ومسحوق الفلفل يهدئ ألآم الأسنان ويفتح الشـهية وينشط المعدة والهضم ويقـوي الـباءة ويـزيـل الرشـح الأنـفى والـنزلات الصدرية ويطرد غـازات المعدة ويسـكن المغص ويزيـد الإفـرازات المعدية،ويقلل درجة الحرارة والروماتيزم والإسهال والقئ والكوليرا والدسنتاريا



٤٨.القثــــــــــــــاء...لزيادة الوزن مع التمر

ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه كان يأكل الرطب بالقثاء وروى عن عائشة رضي الله عنها قولها"سمنوني بكل شيء فلم أسمن، فسمنوني بالقثاء والرطب فسمنت"تحتوي على فيتامينات(أ، ب ، ج)والكالسيوم والفسفوروالحديد والكبريت والمنجنيز.وهو قلوي مبرد..قال ابن البيطارفي القثاء.أخف من الخياروأسرع هضماً وهو يبرد ويرطب،والقثاء والخيار والقرع من أغذية المحرورين ويضرالمبرودين وينبغي ألا يكثروا منه. وقال ابن جازلة"القثاء يسكن الحرارة والصفراء ويوافق المثانة ويدرالبول ويسكن العطش وشمه ينعش المغمى عليه من حرارته.وأكله ينفع من عضة الكلب وقال ابن سينا"القثاء الطفة النضيج ،فيه إدرار وتليين وينفع من أوجاع المذاكيروهوموافق للمثانة"وقال الرازي"القثاء أخف من الخيار وأسرع نزولاً ولا يسخن البدن".وهومرطب منظف للدم مذيب للأحماض البولية وأملاحه مدر للبول.وتستعمل القثاء من الداخل لخفض درجة الحرارة وضدالتسمم ومغص الإمعاء وتهيجها،وضد زيادة الصفراء ونزف الدم ولداء المفاصل والعصيات القولونية.مفيد للحكة الشديدة والقوبا والعناية ببشرة الجلد.ويستعمل القثاء لعلاج النمش والكلف حيث يمزج عصير القثاء مع حليب طازج ويغسل به مكان النمش



٤٩.الخيـــــــــــــار

يحتوي على الأملاح المعدنية الهامة واللازمة لبناء الجسم كالصوديوم والكالسيوم والفوسفور والماغنيسيوم..وغني بفيتامين(أ) وبه نسبة قليلة من فيتامين(ب) وتتركز أكبر نسبة من هذه الفيتامينات في القشرة لذلك ينصح بتناوله بقشره.وهو يدرالبول وينقي الدم ويسكن الصداع.ويفيد في حالات التسمم والمغص وتهيج الأمعاء والنقرس والمفاصل.ويستخرج من بذرة مشروبات تفيد السعال وحرقة البول وأمراض الصدروالإلتهابات.والخيارالمفروم مع الحليب يسكن عطش الأشخاص الذين يتبعون الحميات الغذائية. كما أنه يخفف الإضطربات العصبية،ويستعمل قشره لعمل كمادات فوق الجبهة لعلاج الصداع ويستعمل خارجياً لعلاج حالات كثيرة منها.القوباء.والجرب.والحكة الشديدة.وخشونة الجلد وإنتفاخ الأجفان.وإحتقان الوجه.وويعتبرعصيره مغذياً ومنقياً لبشرة الوجه والجلد بشكل عام.ويمكن تناول كميات كبيرة منه أثناء التنظيم الغذائي فهو يملأ المعدة ويبعد الجوع بدون سعرات حرارية مرتفعة. ويقلل منه الأطفال والمسنين والمصابين بعسرالهضم والكبد وضعف الجهازالهضمي ويحتوى على الكبريت الذي يحافظ على نضارة الجلد ومركبات الجلوسايدس السكرية التي تغذي عضلات الوجه والخيار به خصائص مرطبة ومطهرة وملطفة وملينة.والخيار مفيد للتخلص من البقع الجلدية الناتجة عن الولادة أوالتعرض للشمس وهو مفيد في شد مساحات الجلد الواسعة من خلال مزجه باللبن الرايب والخميرة الجافة.وهو مفيد فى حب الشباب والرؤوس السوداء.وهو يسكن العطش ويبرد الجسم ويساعد على تخفيف الإضطرابات العصبية فضلاً عن إحتوائه لإلياف السيليلوز الغذائية التي تسهل عملية الهضم وتطرد السموم وتنظف الأمعاء ومفيد فى إلتهابات المسالك البولية وهويحتوي على أنزيم الأيريبسين الذي يساعد على هضم المواد البروتينية.كما أنه غني بالعناصرالمعدنية كالبوتاسيوم الذي يعد ضروريا

لتنــظيم ضغط الدم الشـرياني.ويعتبرالخـيارمن الخضـراوات الغنية بفيـتامـين سـي ويسـاعـد عـلى الإسـترخـاء وتلطـيف البشرة ويمكن إستخدام شرائح منه ووضعها فوق العينين والوجـه فهو يحـافظ على نقاء البشرة وإستمرارحيويتـها طـوال اليــوم



٥٠.القرع أواليقطين أوالدباء.مستخلصة أو زيتة مفيد لأمراض الجلد

ورق اليقطين ورد ذكراليقطين فى القرآن الكريم قول الله تعالى(وأنبتنا عليه شجرة من يقطين) وفى الصحيحين من حديث أنس بن مالك(أن خياطا دعا رسول الله صلى الله عليه وسلم علية الصلاه والسلام لطعام صنعه.قال أنس فذهبت مع رسول الله صلى الله عليه وسلم فقرب إليه خبزا من شعير ومرقا فيه دباء وقديد.وقال أنس.فرأيت رسول الله صلى الله عليه وسلم يتتبع الدباء من حوالى الصحفه فلم أزل أحب الدباء من ذالك اليوم) يحتوى على قشره خارجيه وماء ونشاء وسكر وزيوت وبروتين ورماد وصمغ لاذع وحديد وكالسيوم وفيتامين(أ) هو ملين للمعدة وينشط الكبد ويمنع اليرقان ويزيل الصداع والشقيقة ومهدئ للأعصاب وأمراض النفس ومدر للبول ويفتت الحصى والرمل ويزيل إلتهابات الكلى وينشط الكلى ويقوي وظائفها ويكسر العطش ويزيل الحرارة والحمى وينفع أمراض الصدر والسعال وينشط اللثة ويكافح أوجاع الأسنان وتستعمله معامل المربات لغش المربى لأنه لا لون له ولا طعم فيمكن إضافته مع الفاكهة فيعطي نفس الطعم والرائحة ويعالج أمراض الجهاز البولي والبروستاتا ويقلل تضخمها ويعالج إلتهاباتها...أما ورق اليقطين فهو نافع للأمراض الجلدية عموما والحروق والإلتهابات والفطريات





٥١.القرفة "الدارسين"CINNAMON

تحتوى على.Cinnamaldehyde واليوجينول Eugenol والسنمايل أسيتيت Cinnamylacetate والسنمايل كحول methoyycinnamaldehyde، cinnamylalcohol وحمض القرفة Cinnamic acid كما تحتوي على تربينات ثنائية وCinnzelanol وCinnzeylanin وOligomeric Proanthocyanidins ومواد هلاميةmucilage. وتحتوي قشور القرفة على زيوت طيارة وزيت السينمالدهيد واليوجينول ومواد عفصية ومواد هلامية ومواد سكرية ونشا ومفيدة للهضم والجهازالهضمي ونافعة للنسيان ومقوية للذاكرة وطاردة للبلغم والكلف والنمش والصداع والزكام وألآم الأذن والبثوروالقرح والحروق.قال أبوبكرالرازي«مغلي القرفة بالزنجبيل نافع ضد أمراض البرد والزكام وعلاج الربووالفواق.وقال ابن سينا« قوة القرفة مسخنة،مفتحة تصلح كل عفونة، غاية في اللطافة،جاذبة وتصلح لكل قوة فاسدة.ودهن القرفة محلل حارجداً مذيب.يوضع على الكلف والنمش صالح للقوابي والقرح.ودهن القرفة عجيب في الرعشة،وينفع من الزكام وينقي الدماغ وهو من جملة ما يسكن وجع الأذن.وينفع من الغشاوة والظلمة أكلاً وكحلاً.ويذهب الرطوبة الغليظة من العين وينفع للسعال وينقي ما في الصدر.ويفتح سدد الكبد ويقويه.ويقوي المعدة ويجفف رطوبتها وينفع من الإستسقاء،وينفع من أوجاع الرحم والكلى وأورامها ويدرالبول».ومهدئة ومسكنة وتخفض ضغط الدم والحمى ومضادة للبكتيرياوالفطريات.ومسكنة للألم وتنشط المناعة والدورة الدموية.مضادة للجراثيم والفطريات والفيروسات.تستعمل شرابا وغسولا لأمراض الجلد مع العسل والخميرة الجافة ومع الأكل. ومفيدة لمرض النقرس وإلتهاب المفاصل وتساقط الشعر وإلتهابات المثانة وألم

الأسنان. وتقلل الكوليستيرول بالدم. ومفيدة لنزلات البرد والعقم والآم المعدة وأمراض القلب وتقوي الجهاز المناعي وتحمي الجسم من البكترياوعسرالهضم والإنفلونزا ومضادة للأكسدة وتحافظ على حيوية خلايا الجسم.وتعالج الدمامل ومفيدة للأمراض الجلدية غسولا وتقلل الوزن لأنها تحرق الدهون وتكافح الخلايا السرطانية وصعوبة التنفس وفقدان السمع وتساعد لنزول الدورة وتسهيل الولاده.وتسهّل عملية الهضم لغناها بالألياف،وتحمي من أمراض القلب لأنها تمنع تكوين الجلطات والإلتصاقات..غنية بالبروتينات والدهون والألياف والكربوهيدرات والكالسيوم والفوسفور والحديد والصوديوم والبوتاسيوم والثيامين والريبوفلافين والنياسن وفيتامين(ج)وفيتامين(أ)والكوليستيرول النافع.يمكن إضافتها بمقادير ضئيلة لكثير من الأطعمة خاصة اللحوم المفرومة والمخبوزات والحلويات لأنهاتحفظها وتعطيها نكهة طيبة.وتستخدم في علاج الغثيان وعسرالهضم وتنظم حركه القولون وتقضى على الإسهال وتساعد بشدة على هضم الدهون وتقضى على حب الشباب مع الليمون والعسل دهانا وتوصف لمنع الغثيان في الشهور الأولى من الحمل لكن ينبغي الحذر منها في الشهور الأخيرة من الحمل لأنها منبهة للرحم وقد تسبب ولادة مبكرة.وتسهل الولادة وتستخدم لعلاج فطريات الكانديدا البيضاء وهي فطريات تستفحل في الأمعاء و تنتشر في الجسم كله وفى المهبل عندالنساء وتفتك بسلالات الكنديدا القوية المقاومة للعقاقيروتقلل الإلتهابات وتقضى على الإسهال وتحسن وظائف المخ لأنها تزيد من تدفق الدورة الدموية للمخ والقرفة تشجع الجسم على حرق الدهون بقوة ولذلك فهي تحارب السمنة وتصلب الشرايين.وتقلل الجليسريدات الثلاثية والكوليستيرول الضاروهي من أقوي الأعشاب في تحفيز خلايا الجسم على الإستفادة من هرمون الإنسولين.فهي تساعد الخلايا على حرق المزيد من السكرإلى درجة أنّ تخفيض سكر الدم بنسبة عشرين بالمائة ويمكن تحقيقه بمقدار لا يزيدعن نصف ملعقه وتقلل من مقاومة الإنسولين وتنشط الدورة الدموية وخاصة في الأطراف وتقي من بعض مضاعفات مرض السكروتنافس الحلبة فى العلاج ..ولكل جرام حلبة يعادل نصف وحدة

إنسولين والقرفة تزيد من تحويل الجلوكوز إلى طاقة بمعدل عشرين ضعفا



٥٢.الـــــقـرنـفـــــــل

يستخدم القرنـفـل كمـخـدرموضـعـي خصـوصـاً في مجـال الأسنــان.تحتـوي كل ملعقة كبيرة من القرنـفـل على سعرات حـرارية٢١س.ح.وعلى دهــون١,٣٢ ودهون مشبعة:٠,٣٥.وكـاربــوهيدرات:٤,٠٤.وأليــاف:٢.وبـروتينات:٠,٣ وكوليستيرول:٠وهـوطـارد للحمى،ومطهر،ومعقم للمعدة،ويشـفي قـرح الجسم وآلام الرأس ويحمي من الأوبئة ويساعد على الهضم ويسكن ألام الاسنان ويخفف الإلتهابات والحســاســية وينبه القلب والمعدة ويحتـوى على زيت طيـاريسمـى اليوجـيـنول الـذي له خصائص علاجية خاصة لآلام الأسنان ويمتاز بمفعول ممتـاز لعلاج حالات الضعف وعسرالهضــم والأعـراض التى قد تصاحب ذلك مثل حـرقان فم المعدة والغثيان والإنتفــاخ والقـىء.ويسخـن المعدة والكبدوينفع فى الإستسقاء منفعـة بالغـة بتسخينــه الكـبد البــارد وتقويته ويقوي الدماغ..وقال حكيم بن حنين أنه يدخل في الأكحــال التي تحـد البصروتـذهـب الغشــاوة والسبـل..وقال إسحق بن عمران أنـه يقطع سلس البول وتقطـيره إذا كــان عن برودة ويسخـن أرحـام النساء وإذا أرادت المرأة الحبل إستعملت مـنه عـند الطـهرمـن الحيـض.ويـزيـل الوسواس وينفع من الفالج واللقوة ويمنع الفواق من القيء والغيثـــــان.القـرنفـل يقـوي المعدة والقلب والكبد.ويساعد على الهضم.ويقوي اللثة والدماغ ويطـــيب النكهـة ويذهـب غشـاوة البصر ويقـطع سـلس البول ويزيل الخفقان إذا أستعمل مع العسل والخل ويعتبر مطهـرومخـــدر للآلام والقرح.ويـدرالطـمـــــث وضـد هبوط المعدة وضعفها وضعف البصـروالسمع وهبـــوط القوي.ويستعمل كمهدئ وملطف إذا حلي بالعسل.ومفيد للقــولون شرابا وحـب الشـباب شـرابا وغســولا



٥٣.الـــقـــســـط...سبعة أشفية.منهاأمراض الرئة والجنب

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم"لا تعذبوا صبيـــانكم بالغمز من الذرة وعليكم بالقســط (رواه البخاري)وقال صلى الله عليه وسلم((عليكم بهذا العود الهندي فإن فيه سبعة أشفية يستعـط به من العذرة ويُلد به من ذات الجنب))متفق عليه.وقال سول الله صلى الله عليه وسلم (أن أمثل ما تداويتم به الحـجامة والـقسط البحـري) وقال صلى الله علية وسلم.بمعنى واحد. وفى ((الصحيحين)):من حديث أنس رضى الله عنه، عن النبىِّ صلى الله عليه وسلم): ((خيـرُ ما تداوَيْتُم به الحِجامةُ والقُسْطُ البَحْرِىُّ)) ويحتوي القسط على مادة الهيلينين وحمض البنزوات.والقسط يقضـــى على الفيــروسات والبكتريا والفطريات وينشط المناعه والدوره الدمويه وهوقاطـع للجيوب الأنفيه إستنشاقا وشرابا وأمراض الـرئـة والحساسية والإلتهـابـات وأورام الرئتين والتمدد الرئوى والإرتشاح الـرئـوى وأمـراض وأورام الجـنـب والقـولـون والكلى ورمل وحصوات الكليتين وهونوعان أحدهما الأبيضُ وهو:البحرىُّ.والآخـر الهندىُّ، وهوأشدُّهما حـراً وهـو مـر،والأبيـضُ ألينـهُـما،ومنـافعُـهما كثيرة جدا وهما حاران يابسان فى الثالثة،يُنشِّفان البلغم وقاطعانِ للزُّكام،وإذا شُرِبَا،نفعا من ضعـف الكَبـِدِ والمَعِدَة ومن بردهما ومِن حُمَّى الدَّوْرِ والرِّبع وقطعا وجعَ الجنب،ونفعا مِن السُّمُـوم،وإذا طُلِىَ به الوجهُ معجوناً بالماء والعسل، قَلَعَ الكَلَف. وينـفع من الكُـزَاز ويقطع وجع الجَنْبين،ويقتل حَبَّ القَرَع هو دواء حبشي معروف،ينفع فى إسترخاء الأعصاب ويقوي الكبد والقلب وينفع من الفالج وأوجاع المفاصل والأوراك وعرق النسا شربا وطلاّ بماء الصبر وهو يقطـع الصداع العتيق شرابا وســعوطا ودهـانـا يقطربالأذن مخلوطا بزيت الزيـتون فى أمراض الأذن وهو شـفاء لأمـراض الجهاز التنفسى العلوى والسفلى وضيق النفس والربو والسعال المزمن وأوجــاع الصـدر والمعـدة والكـبد والطحال والكلى واليـرقـان والإستـسقاء وأنـوع الريـاح والسـموم القاتلة والتشـنج والنـافـض ويفـتت الحـصى ويـزيـل عـرق النسا والمفاصل والكزاز

والرعشة والخـدر،ويهيج ألباه بالماء الباردويفتح السدد.وفي الحـديث الشريف أنـه ينفع.وبة سبعة أنواع مـن الأشفية ويــدر الفضلات ويسقط الديدان والأجنـة ويذهب السموم ويجذب الدم إلى الخارج،ويزيل الآثارمع العسل والملح طلاءآويشد العصب ويحتمل أن تكون السبعة أصول فى التداوي بها طلاءًآ أوشرابًآ أوتكميداً أوتقطـيرآ أوتبخيرآ أوسـعوطًا أو لدودآ.فالطـلاء يدخـل في العسل أوالماء وغيره والتقطـير والسعوط يسحق في زيت ويقطربالأنف والدهن والتبخر واضح.وتحـت كـل واحدة من السبعة منـافع.ومفيد فى تكيس المبايض وإضطرابات الدورة الشهرية وخمول الغدة الدرقية وإرتفاع الهرمون الذكري وظهورالشعربالوجه والإلتهابات المهبليه



٥٤ـ الكـــــــافـــــــــــور..يطهرالماءمن الجراثيم

مفيد في الربو والكحة والإحتقان الرئوي ومنفث للبلغم ومضـاد للجـراثيم كالبكتريـا والفيروسـات.والزيت يفيد في تطهيـر الشعب الـهوائية ومجـري التنفس والعـدوي بالجلد.وعلاج أمراض البرد وطرد الغازات وعلاج السعال الديكي والـربـو ومسكن للصـرع والجـنون.كما يفـيد في علاج الرومـاتيـزم وألام المفاصل وعلاج الإنفلونـزا والزكـام تدليـكا أو تبخـيرآ.وهـو مطهر.ولذلك فإن زيت الكافـوركان يستخدم خلال القرن الثامن عشر كعلاج أساسي لنزلات البرد وإلتهـاب الشعب الـهوائية والسعـال الديكي والـحميّات عموماً.وعلاج حروق الشمس.وغسول للفـم، وفي عمل بعض أنواع الصابون، ومنظفات البشـرة.



٥٥.بـــذورالكتـــــــــــــــــــــــــان

يحتوي بذورالكتان على زيت ثابت بنسبـة ما بين٤٠-٥٠%ومـن أهـم مـركبــاتــه حمض اللينـولينـيك وبروتيـنات وصمـوغ وجلوكـوزيـدات الليـنـامـاريـن الذي يكون السيانوجيـن وجلوكوزيـد السيانوفوريك.ويستخرج من البذور ذات الرائحة المميزة زيت يطلق عليه"الزيت الحار"وهومفيد لعلاج الحصبة والجروح والقرح والإكزيما والضعف الجنسي والصلع ومسكناموضعيا لإلتـهابات الأصابع وتشقق الشرج..قـال داود الانطاكي"بذرالكتان كثيرالدهن يحلل الأدران ويسكن الصداع المزمـن ويصلح الشعر بالعسـل ويدرالفضـلات ويسـكن المفـاصل والنـقرس وعـرق النسا ومنقـوع البـــذور لعــلاج نـزلات البــرد والجهــاز التنفسي ويفيـد المعـدة وإلتــهاب الكــلى والمثانة.ويساعدعلى إدرارالبول ويحضر المنقوع بإضافة نصف لترماء فـي درجة الغليان مع ملعقتين من مطحــوق البــذور ثم يصــفى ويمـكن إضافة عصيرالليمون والعسل وهو مفيد للإمســاك والبـواسير"وهوملين ومدرللبول ويفيدكثيرا في علاج النزلات الصدريـــة ويستعمــل في عمل الحقن الشرجية المفيدة وفي تحضير لبخات موضعية لعلاج الأورام والإلتهابات والإكزيماوإلتهابات الغدة النكفية وقرحة المعدة والإثني عشروحصوات وإلتهابات الجهازالبولي وعلاج القرح والتيفويدوالحصوات المرارية والمغص.ولبخات لأمراض الجلد والحروق ويخفـض الكوليــــــستيرول



٥٦.الكـــــــــرفـــــس

يحتوي على الكالسيوم والصوديوم والبوتاسيوم والماغنسيوم والنحاس والحديد والمنجنيزواليودوموادهلامية وكربوهيدراتية وموادمدرة للبول ومركبات مهدئة

تضاف أوراق الكرفس للسلاطات للوجبات المطبوخه.مفيد فى التخلص من الغازات والإنتفاخات المعويه.ومنشط للرغبه الجنسيه ومفيد في إدرار البول والدوره الشهريه.منشط لإفرازات المعده ويعمل على تقويتها وينصح بعدم تعاطي الكرفس للمرضعات لأنه يقلل من إدرار اللبن.ومفيد لشفاء أمراض الطحال المتضخم وإحتباس البول ويساعد على نزول الحصى ورمل الكلى.ومفيد فى أمراض الربو الشعبي وضيق التنفس وتضخم الكبد ويزيل ألآم الخصيه والعضلات والنقرس والضعف الجنسي ومفيد فى تهدئة الأعصاب.



٥٧.الكـــــــــدكـــــــــــديـــــــــة

يحتوى على جلوكوسيدات وموادملونة وأوكسالات الكاليسوم وفيتامين(ج)ويتلون باللون الأحمر الداكن فى الوسط الحمضى بسبب وجود مركبات بيتا سيانينية كما يحتوى على مواد هلامية.يخفض ضغط الدم المرتفع ويزيد من سرعة دوران الدم ويقوى ضربات القلب ويقتل الميكروبات مما يجعله مفيدا فى علاج الحميات وعدوى الميكروبات وأوبئة الكوليرا حيث أنه حامضى بطبيعته ومن خواصه أنه مرطب ومنشط للهضم.وفى التجميل.ومفيد فى آلام النقرس والروماتيزم.وينشط عضلة القلب ويحد من نموالأورام السرطانية بجسم الإنسان ويفيد في خفض ضغط الدم المرتفع لأنة يحتوى على فيتامينC.ويقلل من تقلصات الرحم والمعدة والامعاء ويزيل ألآمها.ومرطب ومنشط ومهضم ومنظف وملين ومفيد لأوجاع الصدر والربو والمعدة وإلتهاب المفاصل والروماتيزم والنقرس والمغص الكلوي



٥٨.الـكركم..مضادفيروسى وبكتيرى وفطرى ومضادللأكسدة

طارد للغازات ويشتهربالكركومين أيضاً.وهومضـاد للإلتـهابـات عن طـريق خفـض لمستوى الـهستامين ويخفف من ألألآم الـمصـاحبة لها خاصة إلـتـهـابات المفاصل وهوعلاج تقليدى لليرقان(الصفراء)والإعتلال الجسدى المزمن ومطهر للمعدة من الطفيليات وعلاج للإسهال والحمى والصداع والإنتفاخ والزكام والإلتهاب الشعبى ومقوى عام..تعمل الزيوت الطيارة الموجودة فـى الـكركومين على منع الإصابات الـبكتيرية بالجـروح كالمضـادات الـحيويـة.ويـخـفـف ألآم الرمـوماتويد بالمفاصل وألآم الطمث المصـاحبة للـدورة الشهـرية فى السيـدات كما أنة قـاتـل للـميكروبـات المعوية والبروتوزوا والديدان وعلاج جيـد للدوسنـتاريا.وهـومضاد قوي للأكسدة والفيروسات والإلتهابات والسـرطان ويخفـض الكوليستيرول،ومفيد لعلاج مرضى إلتهاب الكبدالوبائي سي.ولة القدرة على تحفيز الإنتحار الذاتي للخلايا السرطانية



٥٩.الكمـــــــــــــــون

يحتوى على زيت عطرى نسبته ٢-٥% وأهم مكــوناته (ألدهيد الكيومين ٢٥ - ٣٥% والأنيثول.والبينين.والفيلاندرين.والتربينـيـن.والميرسيـن والكاريوفيـلليـن والسيامين.والليمـونين.والفلافونيدات(الأبيجينين).فاتح للشهية.ومفيد لعسر الهضم ومضاد للتعفنات والمغص وطارد للغازات ومفيد لإدرار اللبن.ومدر للبول ومطـهر للمـجاري البـولية والكلى ومضاد للإحتقان والتشنجات المعوية.ومفيدلطرد الدودة الشـريطية والـديـدان المعـويـة وتفتـيت حصـوات الكـلى والحـالـب وعـلاج ضيـق التنفس والربو والسعال ومعرق ويعمل على إيقاف نزيف الأنف(الرعاف) وتحسين لون البشــرة وعـلاج التـبول الليـلى مساجـا أوغـســولا لإحتـقان الثـدي والخصية ويسكن ألآم الأسنـان .وصنـاعة الجـبـن والسجق.ومضاد للأكسدة.ومنشط ومقوى جنسى.ويساعد علـى إذابــة الـكـولـيـسـتـيـرول.وعـلاج الـرومــاتـيـزم



٦٠.الكندر.اللبان الدكر(oliban).كورتيزون طبيعى

ويسمى الشحري.نسبة لمدينة شحرفي حضرموت.مقوي للقلب والدماغ ونافع من البلادة والنسيان وسوءالفهم.وعلاج المس وطرد الأرواح الشريرة.ومفيد للسعال والخشونة وأوجاع الصدر وضعف الكلى والهزال.ويحتوى على الراتنج والصمغ وزيت طيار ٦٠%وراتنج و٢٥% صمغ و٥%زيت طيار.والأولبين والفيلاندرين والوباينين.ويجلوالقرح ويصفي الصوت وينقي البلغم ويقطع الرائحة الكريهة وعسر النفس والسعال والربو مع الصمغ.وضعف المعدة والرياح الغليظة ورطوبات الرأس والنسيان وسوءالفهم بالعسل ويجلو القوابي ونحوها بالخل ضمادآويخرج ما في العظام من برد مزمن إذا شرب بالزيت والعسل.ومفيد للثآليل.ويزيل القرح كلها باطنة كانت أوظاهرة شربآ وطلاء.والغثيان والقيء والخناق والربو بالصمغ.وثقل اللسان ومفيد لمن يعانون من ألآم اللثة وقرح الفم مضمضة.وقال ابن البيطار:"الكندر يقبض ويسخن ويجلو ظلمة البصر،ويملأ القرح العتيقة ويدمعها ويشفى الجراحات الطرية ويدملها ويقطع نزف الدم ويمنع القرح التي في المعقدة وفي سائرالأعضاء،وإذاخلط بالعسل أبرأ الحروق ويحرق البلغم وينشف رطوبات الصدر ويقوي المعدة الضعيفة ويسخنها.والكندر يهضم الطعام ويطرد الريح.ودخان الكندر إذا أحرق مع عيش الغراب أنبت الشعر وقد إستخدمه قدماء المصريون دهانا خارجيا مسكنا للصداع والروماتزم والإكزيما وتعفن الحروق وألام المفاصل ولإزالة تجاعيد الوجه.ولأمراض الرئة فهو يقويها ويزيل الإلتهابات التى بها وبة كمية من الكورتيزون الطبيعى



٦١.الـمـيــــــــــــرمـيــــة

تقلل الإنزيم المسئول عن تحطيم الأستيايل كولين بالمخ والذي يســبب النســيان وتحـتوي على مضـادة للأكسـدة وزيــوت طـيارة والثــيوجـــــــون(Thujone) وفلافونيدات وأحماض فينولية ومواد عفصية. قابضة للأوعية الدموية ومطـهرة ومعطـرة وطاردة للغازات.ومخفضة للعرق ومقـوية ومولدة للإستروجين الخافض لإنتاج لبن الثديين.وتقلل الإلتـهـابـات وتقلصات العضلات ومضادة للبكتيريا.ومقوية للأعصاب.ومنظمة للدورة الشهرية. ومفــيدة لمـرض السـرطـان وأمـراض اللـــثة واللوزتـين والحـلق وعسـرالـهضم والسكروفقدان الشهية وزيادة الإفرازات بالمعدة وإضطرابات الدورة الشهرية وأعـراض وإنقـطاع الطمث ومنشطة للدورة الدموية ورعشـة اليـدين والإسـهال والنـزيف والسـيلان والنـزلات الصـدرية والحسـاسية والربو ولا تزال أوراقها الجـافة تضاف إلى الأعشـاب الأخـرى المـستخدمـة لعـلاج الربووتخفف الروماتيزم وتشنجات العضلات وتنـفع لعـلاج الإكتـئاب والإرهـاق العصبي والذهنى والأرق والقلق منشطة ومقويه ومانعة للعرق وتقلل إدرار اللبن وطاردة للريح ومضادة للإسهال.ومفيدة للكبد وأمـراض الـكـلــى



٦٢.الهـــــــــندبـــاء الــــبريـــــة

تحتوى علـى أملاح معدنيه وجـلوكوز وسـكريات ودهنـيات وأحـماض أمينيه وفيتامينات.k.p.c.b.وإينـولاز وأنتيبـين وبـروتينات مقـوية ومنشطة وملينة وفاتحة للشهـية وقابضة ومـهضمة ومدرة للبول ومفيدة للكبدوالطحال ومنقـية للدم. ومفيدة للحمى والصفراء.وتعالج الأطراف الضامـرة والأمــراض الجلديه والإكـزيمـا غسـولا والمشـاكـل الـهضـمية و لتحسـين الشـهـية وإلتــهاب المعدة



٦٣.اليـانـــــــــســــــــــون

يحتـوي اليانسـون على زيـوت طيـارة والأنيثول والأستراجول والأنايس الـدهيد والكافيك أسـد والكلوروجينك أسد والفلافوبذرات والأبجنين وزيوت دهنية.وهو يحتـوي على زيـت طـيار٣% ومـادة الأنيـثول والميـثيل شانيـكول وهـرمـون الإستـروجيـن وزيـت ثـابـت.....مهـدئ للأعصـاب ومسـكن للمغـص والسـعال ومنشـط للهضـم ومـدر للبـول ومفيد للـولادة ولعملية إدرار اللبن.وإخراج البلغم ويسـكن المغـص المعوي عنـد الرضـع والأطفـال والكبــار كما ينفـع في طـرد الغازات.ونوبات الربووالكحة.ويزيد من إدرار اللـبن عند المرضعات وطارد للبلغم والصـداع وضيـق التنـفس ومنـبه قـوي للجـهاز الهضـمي وفـاتـح للشـهــية ويقلل المغـص وعـلاج لألآم اللـثة والأسـنان غسولا ومضمـضة ويقتل البكتيريا ومضادللفيروسات ومضادللحشرات والفطريات.وعلاج الزغطة..وبذوراليانسون لها طعم ورائحـة ونكـهة ممـيزة.وهي غنية بالحديد وتساعد علي إمتصاصه بالأمعاء، وتحتوي علي زيـوت طيـارة حلـوة الطـعم ويحـتوى على مـواد بـروتيـنية ودهــون وموادسكرية ونشوية وزيوت طيـارة وألياف وأملاح معدنية ومادة الأنيثول والداى أنيـثول والفـوتـوأنيـثول والأستـراجـول والأنـايـس ألـدهـيد وحمض كافيك حمض الكلوروجينك.كما يحتوي على الفلافـونيـات ومن أهمها الأبجنين وزيـوت دهـنية ويحتوي على مواد الأنيثول وميثيل شانيكـول وميثيل كافيين وهرمون الإستروجين وزيوت ثابـتة ونشـويـات ومـادة الكـولين ويـفيد فـى الزغطـه أوالفـواق ويزيد لبن المرضـعات ومـدر للبـول ويفيد فى الصداع والربو الشـعبى والإلتـهابات الـرئـوية والمـغص المـعوى والكـولـيرا ومفـيد فـى أمـراض الكـبد وينشط خلايا الكبد وطارد للغازات ومفيد للقولون ومسكن للالام والإلتــهابـات ويمـنع قـمل الــرأس تشــطيفا



٦٤ـ التمـــــــــرغــــــذاء ودواء

ثبـــت فى((الصحــيح))عنــه صلى الله عليه وسلم:أنـه قــال ((مَن تَصَبَّحَ بِسَــبْعِ تَمَراتٍ))وفى لفظٍ((مِن تَمْرِ العَالية لم يَضُرَّه ذلك اليَوْمَ سُمٌ ولا سِحْرٌ)).وثـبـت عَنـه أنـه قـال((بيتٌ لا تَمْرَ فيه جِيَاعٌ أهْلُهُ)).وثبتَ عنـه صلى الله علية وسلـم أنـه أكل التَّمـرَ بالزُّبدِ.وأكل التَمْرَ بالخبزوأكله مفرداً وهو حار فى الثانية..وهل هورَطب فى الأولى.أو يابس فيها.عـلى قولـين.وهو مقوٍّ للكبد.ومُلَيِّن للطبع ويزيد فى الباه.ولا سِيَّما مع حَبِّ الصَّنَوْبروُيُبرىء من خشونة الحلق ومن أكثر الثمار تغذيةً للبدن بما فيه من الجوهر الحار الرطب وأكلُه على الريق يقتُـل الدود وأظهـرت التحاليل بـأن التمرالجاف فيه

٧٠,٦%كربوهيدرات٢,٥%دهـون٣٣% من الماء.و١,٣٢%من الأملاح المعدنية،١٠%من الأليــاف.والكـورامين.وفيتـامينات أ.ب١.ب٢.ج.ومــن البروتين والسكروالزيت.والكالـسيوم والحـديـــد والفسفوروالكبريت والبوتاسيوم والمنغنيـز والكلورين والنحاس ومركبات البيتاجلوكان المفيدة والمضادة للأكسدة والسليلوز المعالج للإمساك وحمض التربتوفان والبرولاكتين الطبيعي ويعمل على ضبط السيروتونين.والتمرذو قيمة غذائية عظيمة وهومقوي للعضلات والأعصاب ويؤخـرالشيخـوخة وإذا أضيف إليـه الحلـيب كان من أصلح الأغذيـة وبخاصة لمن كان جهازه الهضـمي ضعيفاً ...إن القيمة الغذائية التي في التمر تضارع بعض ما لأنواع اللحوم.وثلاثة أمثال ما فى ألسمك من قيمة غذائية وهو يفيدالمصابين بفـقر الدم والأمراض الصـدرية ويفـيد الأولاد والصغاروالشـبان والـريـاضــيين والعـمال والنقهاء والنحفاء والمصابين بفقرالدم والنسـاء الحوامل وهو يـزيـــد وزن الأطفال ويحفظ رطوبة العين وبريقها ويمنع جحوظ كرتهاويكافـح الغشـاوة ويقـوي الرؤية وأعصاب السمع ويهدئ الأعصاب ويحارب القلق العصبي وينشــط الغدة الدرقية ويشيـع السكينة والهدوء في النفس بتناوله صباحـاً مع الحـليب ويقـوي الأعصاب ويلين الأوعيـة الدموية ويرطب الأمعاء من الضعـف والالتهـاب ويقـوي حجـيرات

الدماغ والقوة الجنسية ويقوي العضلات ويكافح الدوخة وزوغان البصر والتراخي والكسل عن الصائمين والمرهقين.سهل الهضم وينشط الجسم ويدرالبول وينظف الكبد ويغسل الكلى ومنقوعه يفيد ضد السعال وإلتهاب القصبات والبلغم وألياف تكافح الإمساك وإضافة اللوز والجوز إليه أوتناوله مع الحليب يزيد في مفعوله وغناه بالبروتئين والدهن.ويعالج فقرالدم لإحتوائه على الحديد والنحاس ويمنع تسوس الأسنان لإحتوائه على الفلور.ويعالج الكساح ولين العظام لإحتوائه على الكالسيوم والفوسفور ويعالج فقدان الشهية وضعف التركيز لإحتوائه على البوتاسيوم ويعالج الضعف العام وخفقان القلب لإحتوائه على الماغنسيوم والنحاس ويعالج جفاف الجلد وجفاف قرنية العين ومرض العشى الليلي وتساقط الشعر وإجهاد العينين وإلتهاب الأغشية المخاطية لتجويف الفم والشفتين لإحتوائه على فيتامين«بي٢ ».ويعالج مرض الإسقربوط وضيق التنفس وتقلص الأوعية الدموية وضعف العظام وحموضة المعدة لإحتوائه على الكلور والصوديوم والبوتاسيوم ويعالج أمراض اللثة وضعف الأوعية الدموية ويكافح السرطانات



٦٥.الجـــــزر.الكاروتين ومضادات الأكسدة.وتقوية البصر

ويحتوي الجزرالأصفرعلى مادة البيتاوالألفاكاروتين وهي المادة التي تتحول إلـــى فيتامين.أ.وتناول جزرة واحدة يوميا يمنحك إحتياجك اليومي من فيتامين.أ.ويساعد على الحماية من العشي الليلي.ومنشط طبيعي للكبد وله تأثيـركبيرعلى ليونـة الجلد وحيويته وينشط جهازالمناعة والدورة الدموية.ويحسن عمل الجهازالهضمي خلال إمداد المعدة بالألياف اللازمة لتعمل أفضل.ويحتوي على اللوتين والزانثوفيلز وهي أصباغ مماثلة للبيتاكاروتين وفوائده تتمثل في الوقاية من ضمور العين والوقـايـة من سرطان الرئـة والسرطانات الأخرى وتقليل تصلب الشرايين والجزرالأحمر فية ليكوبين وهو شكل آخرمن أشكال الكاروتين.وهوفي الطماطم والبطيـخ.حيـث يعمل الليكوبين على الوقاية من الضمورالشبكي ومنع أكسدة الدهون بالدم ويحمى القلب من ضيق الشرايين التاجية والأورام وأورام البروستاتاوالجزرالأبيض يحتوي على الألياف الغذائية التي تساعد على الحماية من أمراض القولون والجزرالأرجواني يحتوي على البيتا كاروتين والأنتوثيانين وهـي أقوى مضادات الأكسـدة ويمنع نمو الجذورالحرة بجسم الإنسان والحمايـة من الإصابـة بأمراض القلب عن طريق منـع تجلط الدم والجزر الأسود يحتوي على الأنتوسيانين.وهوأحدمركبات الفـلافونويد الذي يملك خصائص مضـادة للسرطان ويعمـل على الوقايـة من نمـوالجـزورالحـرة ويثبـط الكوليستيرول السيء بالدم.وله خصـائص مضـادة للجراثيم وزيته يمكن أن يساعدعلى التخلص من حكة الرأس وينمـى الشعر ويحتـوى الجـزرعلـى كميـات كبيرة من المواد السكرية والأملاح المعدنية والفيتامينـات ويعتبر الجـزر الأصفر هـوأغنى أنواعه نظراً لإحتوائـه على فيتـاميــن(أ)المعدل لإفرازات الغدة الدرقية ومادة الكاروتين التي تتحول في الجسم إلى فيتامين (أ) وهي المـادة التي تحمي من الإصابة بالعشـى الليلي(عدم الرؤية في الظلام)ويحتوي على فيتاميـــن(ج) بالاضافـة إلى نسبة كافيـة من الكالسيـوم والحديدوالكبريت والفـوسفور والكلـور

والصوديــوم والبوتاسيوم والماغنسيوم ومجموعة فيتامينــات ب،ث،د،ه وجميع هذه الفيتامينات موجودة في الجزرأكثرمن الخضـروات وبـذلـك تظهرقـوتـه لعلاج حالات الضعف والانهيار العصبي.ويحتوي الجزرعلى مادة البكتين المفيدة وزيوت طيارة قابضة لها القدرة على قتل الديدان المعوية وإدرارالبول وخفض السكر في الدم ولذلك يعتبرالجزرعـلاجاً ممتازاًلحـالات آلام الكبـد وعـلاج وقـائـي لعدم تكوين الحصى في الكلى ويساعدعلى تنظيم عمل الغدة الدرقيـة والحد مـن الإضطـرابـات العصبية.ويحتوي الجــزرعلى الألياف الغذائـية ودهـون وبروتيــنات وفـلافـونـيات والأنتوسيانيد واللوتين والـزانثـوفيـليـز والكـاروتيـن والليكوبين،ويستـخدم الجـزر لعـلاج الهستيريا والتهيج النفسي والإنـهيارالعصبي.ويحتوي الجـزرعلى فيـتامين أ في صورة البيتا كاروتيـن والذي يعمل بدوره على علاج إجهاد العين وكذلك إنتفاخ الجفون. ويساعـد أيضا في الحماية من العشـي الليـلـي والإستـهلاك المنتـظم للجـزر يعمل على تحسـين البصـر وبخاصـة تحـت الضــوء الخـافت.ويفـضل تنــاول عصير الجـزر مـن أجـل الإستـفادة مـن البيـتا كـاروتيـن وبالـتالي العمـل على تحســين النـظر.ويحتـوي الجــزرعـلى كميـات كبـيرة مـن الألـياف الضرورية لتحسين هضم المواد الغذائية المستهلكة فـي الجسـم ويـقى مـن إضطرابات الجهاز الـهضمي مثل الإمســاك ومشـاكل القـولـون وتعمل المواد المضادة للأكسدة في الجزرعلى الواقية من ظهـورالتجـاعيد بالبـشرة فيتامين ويعمـل على إنتـاج الكـولاجين بالجسم الـذي يعمل على منع ظهـورالتجـاعيد.ويمكن سلق الجـزروهرسه ثم إضافة قشدة الحليب وإستخدام الخليط كقناع وتركه على البشرة لمدة٥ دقائق قبـل غسـلـه بالماء.ويعمل على الوقـاية من الشيخـوخة المبكرة حيث يحتوي على الريتينـول الذي يعمل على منـع ظهـورأعـراض الشيخـوخـة.ويمكن عمل هـذاعـن طـريق إضافة زيت الزيتون والعسل إلى الجـزرالمهروس وإستخدامه كـقنـاع لمـدة ربـع سـاعـة وعـلاج مشـاكل الإضطرابات الجنسية والعجز الجنسـي وضعـف الإنتصاب وإضطرابات الطمث لدى النساء.ويحتوى الجزر العديد من المركـبات المضادة للأكسدة مثل البيتا والألفا

كاروتين فيمنع نمو الجذورالحرة ويقى من السرطان. ويساعد على التحكم في مستويات السكر بالدم وبالتالي خفض نسبة السكر.ويعمل على خفض مستوى ضغط الدم أيضا.ويحتوي الجزرعلى كميات غنية جدا بالألياف وهي أحد أهم المواد التي تعمل على التخسيس.حيث تمرهذه الألياف إلى المعدة جنبا إلى جنب مع المواد الغذائية الأخرى والتي بدورها تعمل على تحفيز الإنزيمات الهاضمة لمحاولة هضم هذه الألياف وهذا يساعد بدوره على سرعة عملية الأيض التي تعمل على حرق جزءكبيرمن الطاقة.والجزرمنخفض في نسبة الدهون والسعرات الحرارية حيث يحتوي كل١٠٠جم على نحو٤١ سعراحراريا.وهومرتفع كذلك في نسبة البيتاكاروتين وفيتامين.أ.والبوتاسيوم وهذه المواد تساعد الجسم على القيام بوظائفه الحيوية بشكل أكثر سلاسة.ويمكن تخسيس الجسم عن طريق دمج الجزر كغذاء رئيسي في نظامك الغذائي . والكثير يتناول الجزر بشكل مفرداً إلا أن هذا الأمرهو خطأ حيث أنك بالفعل ستفقد الكثيرمن وزنك ولكنك ببساطة شديدة سوف تعاني من سوء التغذية لذلك ينصح بإدماج الجزر في حميتك الغذائية.ويمكن تناوله في صور على هيئة شرائح أو وضعه في السلطة أوإدخاله إلى الشوربة منزوعة الدسم مع البصل والفلفل والخيار.ويحتوي على فيتامين.أ.الذي يعطي شعرا صحيا ويحافظ على الشعر من الجفاف.وأظهرت العديد من الأبحاث التي أجريت على الجزرمدى أهميته في صحة الكبد.حيث أنه يساعد في الحفاظ على عمل الجسم بشكل سليم.حيث يحتوي على الكثير من المواد الغذائية مثل فيتامين أ.ج .ب.والكالسيوم والبوتاسيوم والمغنيسيوم وفيتامين ك وغيرهم الكثير وهذا المزيج من المواد يعمل على تحسين أنسجة الكبد وزيادة تدفق الدم.ويحافظ على صحة الكبد.مفيد للحوامل حيث يحتوي على فيتامين وبيتاوالفاكاروتين وكالسيوم وزنك وفيتامين.ج ونسب صغيرة من الحديد وفيتامين.ها.فيتامين ك الثيامين والريبوفلافين والنياسين وفيتامين ب٦ والفولات وحمض البانتوثينيك

٦٦ـالبصـــــــل. مضـــاد فيروســـى وبكتـــيرى وفطرى

عن عائشة رضي الله عنها، أنها سُئلت عن البصل فقالت"إن آخرطعام أكله رسول الله صكان فيه بصل"أخرجه أحمد(٨٩/٦).وأبوداود(٣٨٢٩).وفي روايـــة"إن من أكل البصل والثوم والكراث.فلا يقربن مسجدنا.فإن الملائكة تتأذى مما يتأذى به بنوآدم"أخرجه البخاري (٨٥٤)،ومسلم(٥٦٤).والبصل حار يابس في الدرجة الرابعة.وفيه رطوبة فضيلة.وقيل رطب في آخرالثالثة ينفع من تغير المياه ويدفع ريح السموم.ويفتق الشهوة ويقوي المعدة.ويهيج الباه.ويزيد في المني.ويحسن اللون ويقطع البلغم ويجلوا المعدة وإذا شمّه من شرب دواء مسهلاً منعه من القيء والغثيان وأذهب رائحة ذلك الدواء"الآداب الشرعية"(١٤/٣).قال ابن القيم الجوزية.روى أبوداود في سننه عن عائشة رضى الله"عنها أنها سئلت عن البصل فقالت إن آخر طعام أكله كان فيه بصل"وثبت عنه في"الصحيحين"أنه منع آكله من دخول المسجد"والبصل حار في الثالثة وفيه رطوبة فضلية وينفع من تغير المياه.ويدفع ريح السموم.ويفتق الشهوة ويقوى المعدة.ويهيج الباه ويزيد في المني.ويحسن اللون ويقطع البلغم ويجلو المعدة.وبزره يذهب البهق.ويدلك به حول داء الثعلبة فينفع جدا.وهو بالملح يقلـــل الثآليل.وإذا شمه من شرب دواء مسهلا منعه من القيء والغثيان وأذهب رائحة ذلك الدواء وإذا تسعط بمائه نقى الرأس ويقطر في الأذن لثقل السمع والطنين والقيح والماء الحادث في الأذنين.وينفع من الماء النازل من العينين إكتحالا.ويكتحل ببزره مع العسل لبياض العين.والمطبوخ منه كثير الغذاء ينفع من اليرقان والسعال وخشونة الصدر ويدر البول .ويلين الطبع.وينفع من عضة الكلب إذا نطل عليها ماؤه بملح وسذاب وإذا إحتمل فتح أفواه البواسير.وأما ضرره فانه يورث الشقيقة ويصدع الرأس ويولد أرياحا.ويظلم البصر وكثرة أكله تورث النسيان ويفسد العقل

ويغيررائحة الفم والنكهة ويؤذى الجليس والملائكة وإماتته طبخا تذهب بهذه المضرات منه.وفي السنن أنه أمر آكله وآكل الثوم أن يميتهما طبخا..قال الأنطاكي عن البصل.أنه يفتح السدد.ويقوي الشهوتين، خصوصاً المطبوخ مع اللحم ويذهب اليرقان، ويدرالبول والحيض،ويفتت الحصى.في صعيد مصر يأكلون البصل المشوي فهو يقوي الجسد، ويحمرالوجه،ويشد العضلات..يقول ابن البيطار..البصل فاتق لشهوة الطعام،ملطف معطش ملين للبطن،وإذا طبخ كان أشد إدراراً للبول،ويزيد في الباه إن أكل البصل مسلوقاً،ويقطع رائحة البصل الجوز المشوي والجبن المقلي..ويحتوى البصل على فيتامين(س)والهرمونات الجنسية المقوية للرجال،ومادة(الجلوكوزين)وهي مثل الأنسولين تضبط السكر فى الدم،ولذا فإن البصل من الأدوية المفيدة لمرضى السكر،ويوجد بالبصل كبريت وحديد وفيتامينات مقوية للأعصاب ويوجد كذلك مواد مدرة للبول والصفراء ومنشطات للقلب والدورة الدموية،وبه خمائروإنزيمات مفيدة للمعدة،ومواد منبهة ومنشطة للغدد والهرمونات ولقد ثبت أن بالبصل بة مضادات حيوية أقوى من البنسلين والأورمايويسين،والسلفات.ويشفي من السل والزهري والسيلان ويقتل كثيراًمن الجراثيم الخطير.وهويمنع التجلط في شرايين القلب ولذلك فانه يعتبرمن الأدوية الوقائية الهامة للمحافظة على سلامة القلب ومنع حدوث الأزمات والذبحة الصدرية. ومطهرللفم حيث مضغ البصل أوالثوم لمدة ٣ دقائق تعد كافية لقتل جميع الجراثيم الموجودة بالفم.وقد ثبت أيضاً أن إستنشاق بخار البصل أوأكله يؤدي إلى نفاذ الزيت الطيار الكبريتي الموجود فيه إلى دم الإنسان مما يؤدي إلى إبادة الجراثيم المسببة للأمراض وبذلك يمكن إستخدام البصل في علاج أمراض الجهاز التنفسي الناتجة من الإصابة بالجراثيم مثل إلتهاب الأنف الحاد وكذلك إلتهابات الحلق والقصبة الهوائية والشعب الهوائية..ويحتوى على الجلوكوزين والكوريستين الذى يقلل السكرالمرتفع ومفيد لعلاج الزكام والانفلونزا



٦٧..الجينسيـــــــــــنج..إكســـــــيرالحـــــــــياة

يساعد على تحويل الأكسجين إلى طاقة مفيدة للجسم ويقوى الجهاز العصبى والتناسلى والبنكرياس والجهازالهضمى.ينقل الجلوكوزإلى داخل الجسم ويخلص الجسم من المواد الناتجة بعد تحلل عناصر التغذية مثل حمض البيروفيك واللاكتيك سبب التعب والإجهاد. ويساعد على الحيوية ويقلل الشعور بالارهاق.ويساعدعلى نشاط و قدرة الأعضاء التناسلية.ويقاوم تصلب الشرايين ويزيد وصول الدم للخلايا. ويزيد مقاومة الجسم للأمراض ويعمل على إستعادة الجسم لتوازنه عند التعرض لأى خلل. وينظم ضغط الدم والسكر ويزيد من قوة الجسم.كما أنه ينظم الكوليستيرول فى الدم وينشط الذاكرة وينظم السكربالـــدم



٦٨..الخرشوف..مقوى لخلايا الكبد والجسم

يحتوي على نسبة عالية من الألياف والماغنيسيوم والكروم وفيتامين ج وحامض الفوليك والبيوتين والمنجنيزوالبوتاسيوم وفيتامينات النياسين والريبوفلافين والثيامين وفيتامين.أ.والأنيولين والسينارين ومشابهات الكافيين.يمكن إستخدامه للوقاية من الكثيرمن الأمراض.مثل أمراض القلب والأوعية الدموية وإضطرابات الكلى والكبد والإكزيما والسكر والنقرس والبواسير وتجديد الخلايا الكبدية.مفيد لتطهيرالكبد ويساعد على التخسيس ومفيد أثناء الحمل ومفيد للمعدة ويساعد على الهضم ويخفض الكوليستيرول والدهون الثلاثية.مدر للصفراء ومفيد لسوء الهضم،وألآم المرارة،والإمساك المزمن،والغثيان والقولون وتجديدخلايا الكبد



٦٩..طـــــــــــلع الـنـخـيــل

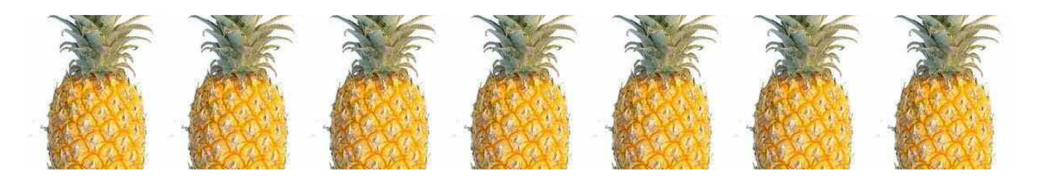
مسحوق ناعم جداً شديد البياض يتطاير سريعاً اذا تعرض للهـواء.لـه رائحة تشبه رائحة ماءالرجل.مفيدللمعدة ويجففهاومفيدلضيق النفس والسعال البلغمي وبالعسل يقوى الجسم، وإذا إحتملت المرأة به قبـل الجمـاع أعـان على الحمل. يقـول إبـن البيطار"دقيق طلع النخل ينفع من الباه ويزيد في المباضعة"ويقول الرازي" الطلع والجمارينفعان المحرورين ويسكنان ثائرة الدم،ويدفـع ما تـولـده هـذه في المعـدة من النفـع"ويقـول داود الانطاكي"مفـيد للإسـهال والنـزيف"مقـوي للجسـم وينـشط المبيض والجنس وينظم الطمث ويسـاعـد على تكوين البويضة فـي الانثى"يحتـوي على١٧% سكـر٢٢% بـروتيـن، ٥٤% كالسيــوم وفيتــامينـــات ح،ب. ومعادن مثل الفـوسفـور والحديد.كما يحتوي على الهورمونات والتيستستيرون الذي ينشط المبيض وإفراز البويضات .ويحتوى على الروتين الذى يقـوي الشعيرات الدموية ويزيد الحيونات المنوية ويحسن حركتها ويزيل تكيس المبيض ومنشـط للمناعة



٧٠..الأنـانـاس.يقلل الوزن والدهون ويقوى الأوعية الدموية

من أفضل الموادالتي تخفض الوزن لإحتوائة على إنزيمBromelainالبرومولين الذى يساعد على هضم البروتينات وإحراق الدهون. ويحتـوى على ماء وسكـريات وفيتامنياتB،A،Cوأملاح معدنية مثل البوتـاسيوم والصـوديـوم والفـلور وخمـائر البروملين ويعالج الحروق ويكافح الرشح لإحتوائه على فيتاميـنCويكسـرالعـطش والحر ويمنع ضربات الشمس ويدر البول ويمنع تكويـن الرمل والحصى في الكلى والمثانة والمجاري البوليـة .ويمنـع تراكـم الدهـون داخل الأوعية الدموية،ويمـنع تصلب الشرايين. ويسّهل هضـم الطعام ويمنع إلتهابات المعدة وينشط وظائف الكبد ويكافح اليرقان ويمنع الأورام وإنتفاخ الأنسجة وإلتهابها ويكافـح القرح والحـروق لإحتوائه على مادة الفلورايـد ويمنع تسوس الأسنـان ويعطـى للأطفال خلال مرحلة النمو لحماية أسنانهـم واللثة..الأنـانـاس فاكهـة ذات قيمـة غذائـية عالـية فهـوغني بفيتامينـاتA، B .C.ويحتـوي على المعـادن مثـل المنجـنيز والبوتاسيـوم واليــود والكالسيـوم والفوسفـوروالكبريت والحديدوالماغنيسيـوم.سهـل الهضم ومدر للبول ومكافح للسموم ويفيد لقرحة المعدة ويفتت الحصى ويهدئ الإلتهابات.ومفيد لفـقر الدم وعسر الهضـم وإلتهاب المفاصل وتصلب الشراييـن.ويسـاعـد الأنـانـاس علـى هضم البروتين.الأنـانـاس غني بمادة "البابايين"التي تساعد على الشفاء من مـرض الديسك.ويقضي على تكيس المبايض.وعصيرالأنـانـاس بدون سـكرقبـل ومـع وبعد الطعام لة أثر فعـال فى التخسيس.ويجعل الوجة أكثر جمالا دهـانـا لإنـة يعـيد بنـاء

الكولاجن وينقى البشرة. وينشط المناعة والدورة الدموية.ويقوى الأوعية الدموية.ويزيل الكوليستيرول والدهون من الأوعية الدموية ويحمى القلب



٧١- ماء الكمأة شفاء للعين من الأمراض

روى البخاري ومسلم عن سعيد بن زيد قال:سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول:(الكمأة من المن وماؤها شفاء للعين) وروى الترمذي عن أبي هريرة أن ناساً من أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم قالوا:الكمأة جدري الأرض، فقال النبي صلى الله عليه و سلم:(الكمأة من المن وماءها شفاء للعين و العجوة من الجنة وهي شفاء من السم)حديث حسن.وقد أخرج الترمذي في جامعة بسند صحيح أن أبا هريرة قال:(أخذت ثلاثة أكمؤأوخمساً أوسبعاً فعصرتهن فجعلت ماءهن في قارورة فكحلت بهاجارية لي فبرئت.قال ابن حجر: قوله (من المن) على ثلاثة أقوال:أحدهاأن المراد أنها من المن الذي أنزل على بني إسرائيل وشبه به الكمأة بجامع ما بينها من وجود كل منهما بغيرعلاج. والثاني أنها من المن الذي أمتن الله به على عبادة من غير تعب. ويؤكد الخطابي هذا المعنى أي لأنها شيء ينبت من غير تكلف ببذر أو سقي. ثم أشار إلى أنه يحتمل أن يكون الذي أنزل على بني إسرائيل كان أنواعاً منها ما يسقط على الشجر ومنها ما ينبت في الأرض فتكون الكمأة منه وهذا هو القول الثالث و به حزم الموفق البغدادي. قال إبن الجوزي: و المراد بكون مائها شفاء للعين قولان أصحهما أن ماؤها حقيقة إلا أن أصحاب هذا القول إتفقوا على أنه لا يستعمل صرفاً في العين بل يخلط في الأدوية التي يكتحل بها،أوأنها تؤخذ فتشق و توضح على الجمر حتى يغلي ماؤها ثم يؤخذ الميل فيجعل في ذلك الشق وهو فاتر فيكتحل بمائه. والكمأة نبات فطري وتشبه في شكلها البطاطا مع إختلاف اللون إذ تميل إلى اللون البني الغامق،وهي لا ورق لها ولا جذع، تنمو في الصحارى وهي غنية بالبروتين إذ تبلغ نسبته فيها ٩% وعلى النشويات والسكريات بنسبة ١٣% وعلى كمية قليلة من الدسم تبلغ ١% كما يتضمن بروتينها بعض الحموض الأمينية الضرورية لنمو الخلايا وتحتوي الكمأة على الفسفور والبوتاسيوم والصوديوم والكالسيوم. كما أنها غنية بفيتامين ب١والريبوفلافين الذي يفيد في هشاشة الأظافر وسرعة تقصفها وتشقق الشفتين وإضطراب الرؤية كما تحتوي على فيتامين"ب١.ب٢" وفيتامين.أ والنيتروجين بجانب الكربون والأكسجين والهيدروجين، وهذا ما يجعل تركيبها شبيهآ بتركيب اللحم. وطعم المطبوخ منها مثل طعم كلى

الضأن. وبها أحمــاض امينــية ضـرورية لبناء خلايا الجسم.والكمأة مع ذلك تفوق جميع أنــواع الفطـور الأخـرى في قيمتها الغذائية وتعمل على زيادة تدفق الدم إلى خلايـا العين ومنع حــدوث الأمــراض وشفاء عـلل العين ومع كحل الإثـمد تـذداد الفـائـدة فـى عـلاج أمـراض العــين



٧٢...فـول الصـويا..مغــذى..يقوى الشعر..يـزيــد الــوزن

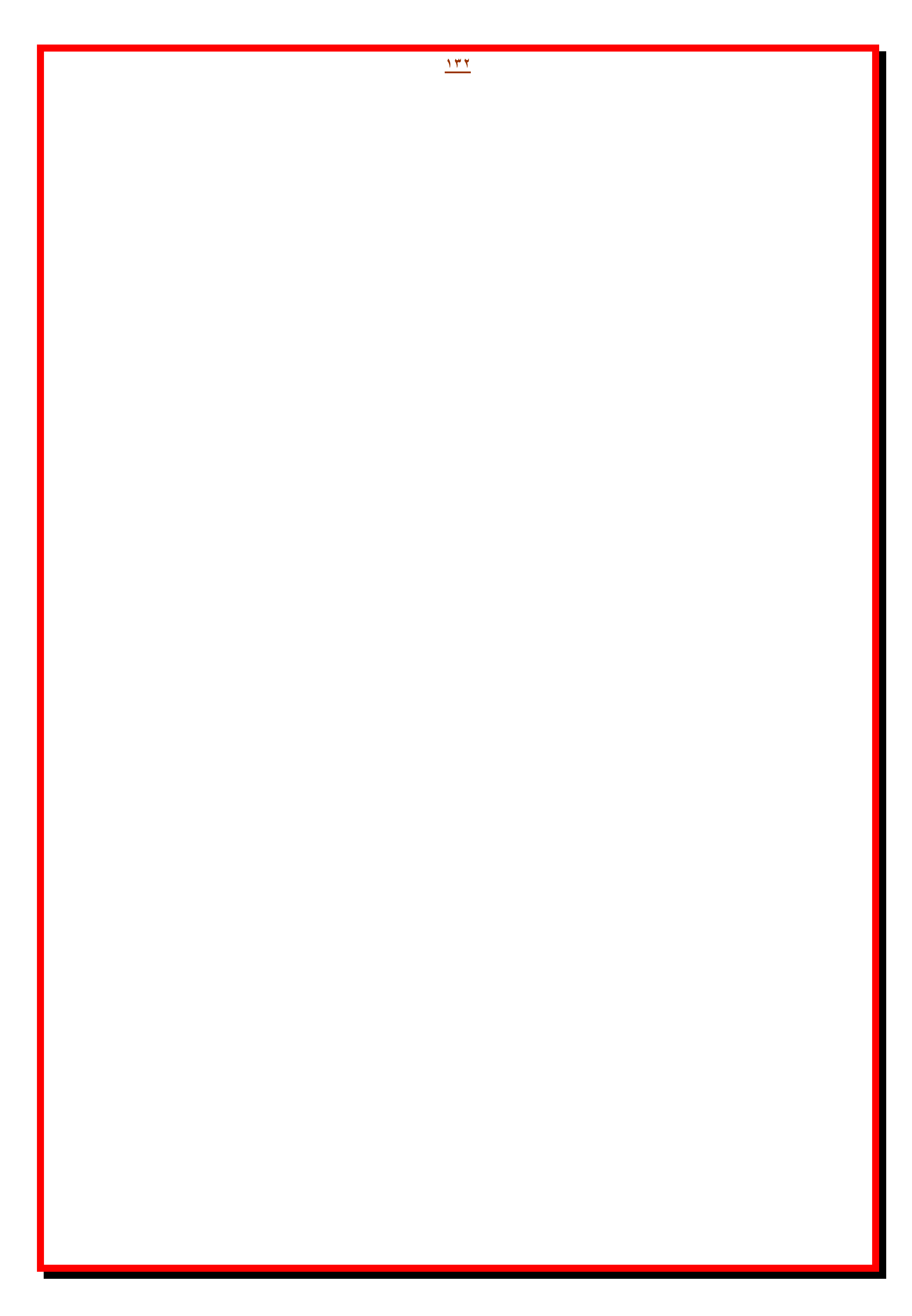
يعتبر فـول الصـويا غذاء متكامـل وهـو أغنى من القمح بالمواد البروتينية بأربعة أضعاف وأكثر وغنى من حليب البـقر في الكالسـيوم بنسـبة الضعف وأغنى من كل الحبوب والبقوليات بالمعادن والفيتامينات بنسبة ١٠أضعاف ويحتوي فـول الصويا على ٣٧%من وزنه مواد بـروتيـنيـة و١٨% مـواد دهـنيـة و٢٤%مـواد نشـويـة و٤٧%ألياف سيليليوزية.أماقيمته الحرارية فتبلغ ٤٠٦..والصويـا من البـروتينات المتكاملة غذائياً لإحتوئها على كافة الأحماض الأمينية التي يحتاجـها الجسـم لبـناء سلسلة البروتينات..يحتوي فول الصويا على مواد كيميائية قابلة للذوبان فى المـاء مثل الأيزوفلافون وهي جزء من عائلة الفلافون التي تعطي للخضراوات والفاكهة والأزهار ألوانها كما أنها مضادات للأكسـدة قـويـة تمـنع من كـبر حجـم البروستاتا وتقلل من مسامية الخلايا وتقلل الخلايا السرطانية بالجسم.وفـول الصويا خـالٍ مـن الكوليستيرول ويساعد على عدم الإصابة بتصلب الشرايين وتراكم الدهون ويضبط ضغط الدم وينشـط جهـاز المناعة ويقلل التجلط الدموى...والألياف القـابلة للذوبان والتي تتـواجـد في فـول الصـويا تنـظم معـدلات الجـلوكوز وتنقي الكلية وتتحكم في معدلات السكر عند الأشخاص الذين يعانون منه،كما تحـمي مـن الإصـابة بأمـراض الكلى..حليب الصوياغنياً بفيتامينات (ب١،ب٢،ب٦) وفيـتامين (هـ). بالإضـافة إلى المعادن مثل الماغنسيوم والكالسيوم..ويحتو على الأيزوفلافونز وهي مـاده طبيعيه تحارب مرض السرطان وهشاشة العظام وينشط المناعة والدورة الدمـوية ويـنـشط الأعصاب والعضلات ويزيدالوزن ويجعل الجلـد حيـوى وجـذاب والشـعر أكثر كثافة



٧٣.الفول السوداني...

يحتوي الفول السوداني على كميات كبيرة من فيتاميني(هـ.أ)وعلى حمض الفوليك والكالسيوم والماغنيسيوم والزنك والحديد والألياف ويقلل نسبة الإصابة بالنوبات القلبية ومفيد للأوعية الدموية ويحمي من الإصابة بالجلطات والزهايمرويساعد على التخلص من إلتهاب المفاصل ويحمي من السرطان ويحد من إنتشار الخلايا السرطانية والجزور الحرة الشاردة وأورام البروستاتا ويساعد فى التخسيس فهو يعطي شعور الشبع لغناه بالألياف ويعمل على تغذية الأعصاب وتقوية العضلات





٧٤...بول الإبل وألبانها..للقوة وأمراض البطن والكبد

ألبان الإبل لها قيمة غذائية وعلاجية مذهلة وتشفى أمراض بما فيها السرطان وصدق الله العظيم إذيقول(أفلا ينظرون إلى الإبل كيف خلقت) وأشار الرسول صلى الله عليه وسلم لفوائد ألبان الإبل مع أبوالها وحث على استخدامها وتشفى أوجاع البطن وخاصة المعدة والأمعاء ومرض الإستسقاء وأمراض الكبد وخاصة اليرقان وتليف الكبد وأمراض الربو وضيق التنفس والسكروالضعف الجنسي ويساعد على تنمية العظام عند الأطفال ويقوي عضلة القلب وتصبح قامة الرجل طويلة ومنكبه عريض وجسمه قوي إذاشرب كميات كبيرة من الحليب في صغره..وقد قال الرازي : "لبن اللقاح يشفي أوجاع الكبد وفساد المزاج"..وقال ابن سينافي كتاب القانون: "لبن النوق دواء نافع لما فيه من الجلاء برفق وما فيه من خاصية وان هذا اللبن شديد المنفعة فلو أن إنسانا أقام عليه بدل الماء والطعام شفي به...وفي تذكرة الأنطاكي يشير إلى أن الإبل ترعى النباتات الصحراوية كالشيح والقيصوم ولهذا فألبان الإبل تعالج الكثيرمن الأمراض وشربها على الريق يساعد على تصريف السوائل المتجمعة في حالة الاستسقاء،والأفضل استخدامها مع أبوال الإبل لزيادة القوة والتأثيرالعلاجي ويمكن أن يؤخذ مقدار ثلاثة ملاعق من بول الإبل ومن والبكرأفضل..ولبن الإبل والعنب وقصب السكروالخميرة الجافة من أفضل الإغذية يحتوي اللبن على الكالسيوم وعلى مواد تقاوم السموم والبكتريا ونسبة كبيرة من الأجسام المناعية المقاومة للأمراض والألبيومين(الزلال)والفيتامينات والحديد ونسبة الدهون إلي المواد الصلبة في لبن الإبل٣١,٦ أقل منها في اللبن الجاموسى حيث تبلغ في لبن الإبل بينما في الجاموس ٤٠,٩ كما أن الدهون في لبن الإبل توجد على هيئة حبيبات دقيقة متحدة مع البروتين لذلك يصعب فصلهافي لبن الإبل بالطرق المعتادة في الألبان الأخرى والأحماض الدهنية الموجودة في لبن الإبل قصيرة السلسلة وهي أقل منها في الألبان الأخرى..كما أن لبن الإبل يحتوي على تركيز أكبر للأحماض الدهنية المتطايرة خصوصاً حمض اللينوليك والأحماض الدهنية المتعددة غير المتشيعة والتي تعتبر حيوية في غذاء الإنسان خصوصا مرضى القلب والكوليستيرول في لبن الإبل منخفضة مقارنة بلبن البقرويحتوى على كمية كبيرة من فيتامين.أ.ج.وبروتين الكازين والكاروتين وبول الإبل يشفي من أمراض الجهاز الهضمي وإلتهاب والإستسقاء واليرقان ومتاعب الطحال والسل والربو وفقر الدم والبواسير

٧٥...الليمون.الفايتوباكتين..يقوى المناعة ويقتل الفيروسات

الليمون غني بفيتامين.ج..الذي يعمل على إنتاج الكولاجين وحامض الستريك الموجود بالليمون يعمل على التخلص من حبوب الشباب وبثور الوجه ومبيض للبشرة ومزيل لبقع الوجه وإحتوائه على مضادات الأكسدة تجعله مطهرا ممتازا للبشرة حيث يعمل الليمون على التخلص من السموم..ومفيد في التخسيس ويقلل الوزن ويساعد على فقدان الوزن وتنحيف الجسم ويتم شراب لترمن الماء مضافا علية ليمونة بدون سكرقبل الاكل ٣مرات يوميا...ومفيد لمرضى السكرلتنظيم مستوى السكر بالدم عن طريق تنشيط إفراز الإنسولين وتنظيم الهضم بالمعدة وهضم الدهون والكربوهيدرات فيتامين ج المضاد للأكسدة ويقى من السرطان وإرتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والعدوى المرضية ويقلل تجاعيد الجلد ويعمل فيتامين ج على زيادة إنتاج الكولاجين.هوضرورى لمرونة الجلد وقوة العظام والغضاريف وسلامة الأوعية الدموية.ومفيد فى علاج السرطان لإحتوائة الفلافونويد مثل الإيروسيترن والهيستبريدين والليمونيد التى تنشط إنزيم الجلوتاثيون...ومفيد للمرأة الحامل. يوجد بالليمون لإحتوائة على حامض الفوليك الذي تحتاجه الحامل أثناء فترات حملها..حيث أن نقص هذا الفيتامين في غذاء الحامل قد يسبب بعض التشوهات العصبية للطقل. بجانب هذا أيضا ، فإن الحمضيات مثل الليمون والبرتقال و الكيوي تحتوي على نسبة كبيرة من فيتامين ج المفيدة لصنع الكولاجين وهو بروتين يعمل على نمو الغضاريف والأوتار والعظام والجلد عند الجنين..ونقص فيتامين ج يعيق نموه العقلي وكذلك فإن فيتامين ج يساعد الجسم على امتصاص الحديد.ومفيد لضغط الدم المرتفع.ويمكن أن يقلل استهلاك فيتامين ج من ضغط الدم المرتفع ويعمل أكسيد النيتريك على استرخاء الأوعية الدموية وهو ما يساهم في خفض ضغط الدم المرتفع ويحتوي أيضا على البوتاسيوم حيث يعمل البوتسيوم على الحفاظ على مستوى ضغط الدم من خلال عمله على توازن السوائل داخل الجسم...ومفيد لإزالة الشعر.يمكن أن يساهم الليمون في إزالة الشعر الزائد عن طريق صنع عجينة لاصقة من السكر والليمون ، وذلك عن طريق تسخين ملعقتين من السكر في مقلاة لمدة ٢٠ ثانية ،ثم إضافة ملعقة من عصير الليمون والتقليب لمدة دقيقة ثم ترك العجينة لتبرد ويمكن إستخدام هذه العجينة للتخلص من الشعر الزائد في المناطق الحساسة .ومفيد للأسنان.يستخدم في العناية بالأسنان حيث يمكن المساعدة على التخلص من آلام الأسنان ويمكن المضمضة بعصيرالليمون لوقف نزيف اللثة للزكام.لنزلات البرد والزكام والتهاب الحلق والسعال حيث يحتوي على نسبة عالية جدامن فيتامين.ج.ويمكن أن يوفرالليمون نحو٨٠% من القيمة اليومية الموصى بهامن فيتامين ج.يحفزجهازالمناعة وإنتاج المزيدمن كرات الدم البيضاء



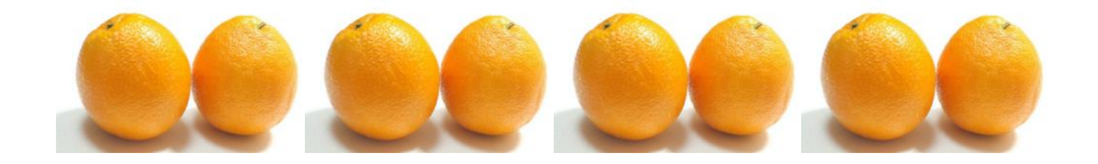
٧٦...التفاح...تفاحة في اليوم تغنيك عن زيارة الطبيب.

غنى بمضادات الأكسدة والفلافون وهو يقى من أمراض السراطانات بالجسم لأنة يقضى على الخلايا السرطانية والجزور الحرة الضارة..ويحتوى على البكتين والفينول وفيتامين سى الذى يزيل الكوليسترول والدهون ويحمى القلب والشرايين من التصلب والجلطات ويقوى الأوعية الدموية ويمنع النزيف ويحتوي على فيتامين ج والمفيد جداً لجهاز المناعة،ونقصة يؤدى إلى نزيف اللثة..تحتوي ثمرة التفاح المتوسطة على٧٠إلى١٠٠سعرة حرارية وهو مفيد لتقليل الدهون والوزن



٧٧...البرتقال..يقوى المناعة ومنجم الفيتامينات

يحتوى على فيتامين. أ.ب.سى.والبيتا كاروتين وحمض الفوليك والبكتين والبوتاسيوم والكالسيوم، والحديد، واليود والفوسفور والمانجنيز والصوديوم والكلور والزنك وحمض الفوليك والفلافون..يقلل الخلايا السرطانية ويقوى المناعة ويقلل الكوليسترول ويقلل ضغط الدم المرتفع ويحسن أداء الأوعية الدموية والقلب ويقلل معدل الإلتهابات بالجسم والمفاصل ويحسن حركة وعدد الحيونات المنوية ويحسن أداء خلايا المخ ويمنع تكوين الحصوات ويقلل الدهون والوزن ويحسن أداء الجهاز الهضمى ويمنع قرحة المعدة



٧٨..جمال الفم والأسنان

١..السواك..المسواك يحتوى على ألياف سيليولوزية طبيعية كثيرة لينة متينة تتخلل الأسنان فتزيل الفضلات وبة مواد مطهرة كالعفص والسنجرين والكلور وبيكربونات الصوديوم والنشا والصمغ والكبريت وفيتامين ج.والسيستوستيرو.يقضى على الفيروسات والبكتريا والفطريات والنزيف ويشفي جروح اللثة وإلتهاب اللثة ويقي من تسوس الأسنان ويثبط بكتريا (سترتوكوكاس ميتوانس) ويحتوى على الكاتيكول والأميتين والكينين والفلافون والدايهدروكس-٤`-ميثوكس أيزوفلافون وحمض الألياجيك الأكثر فعالية ضد البكتريا المسببة للتسوس.....الشاى الأخضر ومشتقاته:يحتوى على الفلورين والبوليفينول ويعمل على إيقاف التسوس المبكر للأسنان ويحمى اللثة من الإلتهابات ويعمل كمضاد للبكتريا ويزيل الرائحة الكريهة من الفم فهو يحتوى على مضادة الأكسده وماده الفلور التى تقوى الأسنان...عشب الدغل:يقضي على انواع البكتيريا المسببة للتسوس..علاج إصفرارالأسنان..الإكثار من تناول عصير الفراولة فهو يساعد على تبييض الأسنان وتدليك الأسنان بعصير الليمون على قطعه قطن بيكربوونات الصوديوم مع عدم الإفراط في استخدامها لأن ذلك يؤثر على سلامه اللثة والأسنان...العسل مفيد لبياض الأسنان...والفحم بعد طحنه لتبييض الأسنان ويوضع معه ملح ويضاف إليه العسل..وعلاج الام الأسنان..يخلط دقيق القمح مع فص ثوم و يمضمض به الفك من الخارج في مكان الألم.والزعتر مضغه ينفع في وجع الأسنان والتهابات اللثة خاصة إذا طبخ مع القرنفل في الماء.وعلاج أمراض اللثة..الحلبة Fenugreek غسول بمغليها..جذر السنوت وهو الشمروالكمون وبذورالشبت....الصفصاف Willow يحتوي على حمض الساليسيليك المادة الأساسية للأسبرين..البلوط ..الفجل البلدي الحار Radish..العفص والخل..المريمية Sag تحتوى المريمية على مواد مضادة للأكسدة والثيوجون (Thujone) ولكن يجب الحذر من استخدام كمية كبيرة من هذا المركب حيث انه يسبب بعض التشنجات وتحتوي المريمية على زيوت طيارة وفلافونيدات وأحماض فينولية ومواد عفصية..البابونج Cammomile.. تحتوي أزهار البابونج على زيت طيار تصل نسبته إلى ١,٥% من الأزهار الجافة ويستخرج الزيت باستخدام طريقة التقطير بالبخار وزيت البابونج سائل لزج ثقيل القوام لونه أزرق يتجمد بالتبريد في درجة الصفر المئوي وله رائحة البابونج المعروفة وأهم محتويات الزيت الطيار الفابايسابولو (alpha bisabolol) وبايسابول أوكاسيد A (Bisabolol oxide A) وبايسابولول اوكاسيد B (Bisabolol oxide B) وبايسابولون اوكاسيد A (Bisabolone oxeide A) وبيتا ترانس فارنسين (Beta - trans - Farnesene) وكمازولين (Chamaxulene) ويتميز هذا المركب بلونه الأزرق وهو الذي يضفي لونه على زيت البابوبج وسباثوليتول (Spathulenol) كما تحتوي الأزهار على فلافونيرات أهمها فلافون جلاكيزويد(Flavone glycosides) ، واجلايكون ايجتين (Aglycones apigenin) وليوتيولين (Luteoline) وكريزوريول (Crysoeriol) وفلانونول جلايكوزيد (Flavonol glycosidec) وكويرستين (Quercetin) وايزو رهامتين (iserhamntin) وروتين (Rutin). كما

تحتوي الأزهار على هيـدروكسي كـومـاريـــن (Hydroxycoumarins)وأهم مركباتها امبيليفيرون (Umbeliferone) وهيرنيارين (Herniarin) وكذلك مـواد هـلامية بنسبة ١٠.% والمواد الفعالة: تحـتوي على ١ % زيت أساسي يحـتوي على الكـامـازولــين الأزرق وغيره..والبقـدونس يحتوي على زيـت طـيار وأهــم مركــبات هـذه الـزيــت مركــب الأبــيول (Apiole) ومركـب المـيرستســين(Myristicin) ويحـتوي على فيوروكومارين ومن أهم المركبات بيرجابتين (Bergapten) ويحتوي على فـلافــونــيدات ومن أهم مركـباته أبيــين (Apiin) وفيتامينات واهمها فيتامين (ج) والذي يوجد بنسبة كبيرة تعادل 4 مرات نسبته في الليـمون حيـث وجـد أن كـل ١٠٠جرام مـن البقـدونس تحـتوي على ١٦٥مللیجراما مـــن الفيتامين..والريحـــــان.. زيت الريحان سائل أبيض اللون له رائحة ذكية مميزة، يحتوي على الأوسيميسOcimene ، كما أن زيت الريحان الكافوري (Ocimum killimandsc)

٧٩..الخميرة ..الفوريَّة جافة.١٢فيتامينات١٤معادن.١٦حمض أميـنى

للخميرة الفورية فوائد تجميليَّة متعدِّدة سواء للوصول إلى الوزن المثالي أو لتنعيم الشعر لكن فائدتها الأبرز هي في نضارة البشـرة وتنقيتها.وتحتوي الخمـيرة على جميع فيتامينات "ب" وتفيد الأشخاص الذين يعانون من ضعف الأعصاب والشهية ومن النحافة. واستخدام هذه الخميرة آمن جداً، وتؤخذ حبتين قبل الوجبات الثلاث للبالغين، وحبَّة قبل الوجبات لمن اللأطفال ويمكن إعداد قناع للبشرة من الخمـــيرة الفوريَّة بالعسل والزبادى...تحتوى على الثيامين بيروفوسفات، وهو قريـن لإنـزيم الكربوكسيليزالمهم فى عملية إنتـاج وحـدات الطـاقة المـعروفة باسم " الأديـنوزين ثلاثى الفوسفاتATPأثناء ميتابوليزم الكربوهيدرات. فعندما تتحول الكربوهيدرات لحامض البيروفيك فإن الثيامين بيروفوسفات يقوم بإجـراء هـدم سـريـع للبيروفيك عن طريق نزع مجموعة الكربوكسيل منه وتنطلق الطاقة اللازمة للحياة ويتـلاشى خطرحمض البيروفيك.فالحمض الذى يتكون بكميات كبيرةأثناءتمثيل الكربوهيدرات يعد سماً شديدالتأثيرعلى الجهاز العصبى إذا لم يتحلل سريعاً ونقص الثيامين يؤدى إلى تراكم الحامض والتأثير فى الأطراف العصبية والأربطة الموصلة ونتيجته آلام فى الأعصاب واضطـراب بالقلب واختــلال الهضم والكسـل وضعف البـدن وفتـور العزم وتقلب المزاج.ويثور ويهيج الشخص لأسباب بسيطة .ونقص الثيامين يحفز على زيادة حمض البـيروفـيك وخفـض إنتـاج وحـدات الطاقـة (ATP) الضرورية لعضلة القلب.ونقص الثـيامين لمدة ثـلاثة أيـام يـؤدى إلى اضـطرابـات بالقلب ويقل نبضة حيـناً وتـزداد دقـاته بمجرد أداء بسـيط ويتناوب نبضـه بين البـطئ للغـايــة والسريع للغاية.وقديدخل القلب مرحلة أخطرفيزيد نبضه باستمرار حتى مع الراحة ثم يأخذ القلب فى التضخم وتختفى الأعراض بمجرد تزويـد الجسم بقدر وافـر مــن الخميرة.وتزيد الخميرة من إفرازات العصارة الهاضمة والإنزيمات وإفرازات الغدد الموجودة فى الجهاز الهضمى مثل إفرازات غدد المعدة وغــدد الأمعــاء وتحسـن من قـدرة الأمعاء الدقيقة على الامتصاص..والخميرة بها فيـتامين"ب٢"المعــروف بالريبوفلافين Riboflavin وهى مصـدر أسـاسـى للريبوفلافين إذ يوجد فى كل مائة جرام منها نحو ٥,٤٥ ميللجرام،بينما يوجد فى مائة جرام لكل من..الكبد نحو ٣,٥، فول الصويا ٠,٣٥، البيض ٠,٣٤، السبانخ ٠,٣١، اللحم ٠,٣٠، الجرجير ٠,٣٠، السالمون ٠,٢٨،اللوبيا ٠,٢٥، اللـبن الطازج ٠,٢٠، لحم الدجاج ٠,١٦، العسـل الأسـود ٠,١٦،الخيار٠,١٥،الخس ٠,١٢، البرتقال ٠,٠٩ ميللجرام.وتمثل قابلية الريبوفلافين للتأكسد والاختزال من خلال تفاعلاته كناقل لذرات الأيـدروجين أساساً لفعله البيولوجى،ويدخل الفيتامين فى تركيب مايزيد على عشرة من عوامـل الحفزالبيولوجية المتخصصة التى تكفل السيرالطبيعى لتفاعلات الأكسدة والاختـزال فى الجسم.والفيتامين مهم فى عمليات تمثيل الكربوهيدرات وإنتاج وحدات الطاقــة منهاوتمثيل الدهنيات والبروتينات ويساهم فى امتصاص الحديد وبناء هيموجلوبين الدم.والريبوفلافين هو فيتامين الصحة والحيوية حيث يــؤدى نقصه قـلة الحيــوية وتدهوروظائف خلايا البشرة

والعيون وتشققات الشفاه وتسلخات تظهرعلى جانبى الأفواه وتعالج مرض البلاجرا Pellagra (الجلد الخشن).. والنياسين Niacin أو حمض النيكوتينيك Nicotinic acid، والنياسين يوجد بكل مائة جرام منها نحو ٥٣ ميللجرام بينما تحتوى مائة جرام لكل من:الكبد ١٦,١،البلح الجاف ١٥، السالمون ٧,٤،الحلبة ٥,٧، لحم الضأن ٥,٦، اللحم البقرى ٥,١، المخ ٤,٩، دقيق القمح ٣,٥، الموز ٢,٣، المشمش الطازج ٠,٧، صفار البيض ٠,٥، لبن الأم٠,٢٦ ميللجرام.والنياسين يعمل مساعد للإنزيمات،وهما:أميدحمض النيكوتنيك ثنائى الفوسفات(NAD)وفوسفات أميد حمض النيكوتينك ثنائى الفوسفات(NADP)وتساعد فى التنفس الخلوى والتحلل الجليكولى،وهى العملية التى بها يتحلل السكر حيوياً لإنتاج الطاقة.والأعراض الأولية لنقص النياسين تتمثل بحدوث التهاب فى الأغشية المخاطية المبطنة للقناة الهضمية واحمرار جلدى والتهابات وبخاصة فى مناطق الجسم المعرضة لضوء الشمس والخميرة الأغنى فى حمض النيكوتينيك.ونقص الخميرة يؤدى الى التوتر الدائم والقلق العصبى الزائد لذلك فإن فيتامين " ب٦ " المعروف بالبيريدوكسين Pyridoxin مهم للغاية ويوجد بوفرة فى الخميرة حيث تحتوى مائة جرام منها على ٢,٤٧ ميللجرام ويوجد فى جنين القمح بتركيز لا يتجاوز١,٠٣ الكبد٠,٨١،اللحم ٠,٤٥،البسلة الجافة٠,٤ ميللجرام ولة دوراً مهم فى وظائف الأعصاب ونقل الإشارات العصبية وتصنيع الكيميائيات التى تستخدم كنواقل عصبية وتهدئة الأعصاب ويساعدعلى النوم.والخميرة تزيد الجسم بفيتامين"ب١٢" وحامض الفوليك Folic acid،وهو أحد أعضاء مجموعة فيتامين"ب"المركب. ونقصة يؤدى إلى فشل نخاع العظام فى تكوين كريات الدم الحمراء ونقص الحديد والنحاس واليود وثلاثة من عائلة فيتامينات "ب"، وهى حمض البانتوثينيك والأينوزيتول، وحمض بارا-آمينو-بنزويك،وله أثر كبير فى إسراع الشيب فى الشعر وإضعافه وانحلال قوته.وتعد من أوفر المصادر الغذائية فى ثلاثى الوقاية من الشيب.وحمض البانتوثينكPantothinic فالخميرة فى كل مائة جرام من الخميرة نحو ٠,٤٥ ميللجرام، بينما نجد فى كل من الكبد والطماطم نحو ٠,٤، وفى كل من: الخيار والبرتقال ٠,٣،المشمش ٠,٢٩، البيض ٠,٢٧، الليمون ٠,٢٦، ردة القمح ٠,٢٤، البسلة الجافة ٠,٢١،لحم الضأن ٠,١٣، الجزر ٠,١١، لحم البقر ٠,١ ميللجرام.ومهما يكن من شئ فإنه يلزم لمنع تساقط الشعر واحتفاظه بلونه الطبيعى،أخذعشرة ميللجرامات يومياً من حمض البانتوثينك ونحو مائة ميللجرام من حمض بارا-أمينو-بنزويك وثلاثة آلاف ميللجرام من الاينوزيتول وهذا الثلاثى العجيب إلى جانب اليود والنحاس والحديد ينشط نموالشعر ويساعده على استعادة لونه الطبيعى.فإذا كنت ترغب جاداً فى أن تحتفظ بلون شعرك الأصلى على طول الأيام فعليك بأخذ خميرة جافة قبل كل وجبة



٨٠...الخردل معجزة دوائية...علاج لأمراض عديدة

يحتوى الخردل على الأيزوسيوسيانيد والكاروتينات واللوتين ومضادة للأكسدة والفلافونويد وفيتامين.أ.ج .ك.والسيلينيوم والمغنسيوم النياسين و فيتامين.ب٣ وبذور الخردل أو المستردة ذكرت في القرآن الكريم مرتين كما والتوراة والإنجيل وآثار الفراعنة والإغريق والرومان..قال ابن البيطار في الحديث عن الخردل فمن يقرأ كتاباته عن الخردل يعتقد أنه لم يعالج بشيء غيره وتحدث عنه ابن سينا في قانونه وقال عنه داود الانطاكي أنه نافع لكل مرض وتغنى به بعض شعراء العرب وبرغم توفره ورخص ثمنه إلا أنه يتشابه مع بذور أخرى كثيرة ومنة الأبيض والأحمر البني والأسود والجامكي.وأفضل أنواعه طبيا الأحمرالبني الهندي أو البنجالي ولزيت الخردل فوائد عظيمة ينبه المعدة حيث يضاف مع الأطعمة كأحد التوابل المشهورة وهو من أفضل المواد لفتح الشهية ومنبه للقلب ويدخل الخردل في عمل اللصقات الجلدية الموضعية للروماتيزم وعمل صمامات للأقدام لإزالة الإرهاق الشديد وحالات الروماتيزم المفصلي كان أنه مطهر ومعقم جيد حيث تكفي ٤٠ نقطة من الخردل في لتر ماء ليكون مطهراً جيداً للجلد دون أن يؤذيه والخردل يثير اللعاب ويسهل المضغ ويزيد من إفرازات العصارات الهاضمة وينشط حركات الأمعاء ويفيد الخردل من الناحية الوقائية للشلل المخي وانفجار شرايين الدماغ وتصلب شرايين المخ وضغط الدم كما أن تناول حبتين فقط من بذور الخردل قبل الطعام تساعد في طرد غازات المعدة والأمعاء ويفيد الخردل مرضى القلب وتصلب الشرايين ويؤخذ لضعف القلب والتهابات الرئة والنقرس والتهاب الفم واللوز والحنجرة والرقبة ويستخدم الخردل على هيئة لبخات من مسحوق الخردل مع الماء الدافئ.حيث يتم عجن المسحوق بالماء الدافئ يتم تفرد على قطعة قماش سميك ثم توضع فوق الجلد مباشرة لمدة ربع إلى نصف ساعة بحيث توضع في حالات الصداع فوق مؤخرة الرأس وقرحة المعدة فوق أعلى البطن ومفيد للقناة الهضمية وسرطان القولون والمستقيم وتناول مواد الأيزوسيوسيانيد الموجودة بالخردل وقد تقلل نمو الخلايا السرطانية الموجودة. وزيت الخردل يعمل على تنشيط الدورة الدموية في منطقة فروة الرأس ويساعد على نمو الشعر وتخفيف الشيب المبكر ومعالجة تساقط الشعر والصلع وعلاج الشعر التالف.وزيت الخردل غني بالدهون الأحادية غير المشبعة

التى تعمل على خفض الكولستيرول السيئ وزيادة مستوى الكولستيرول الجيد وخفض نسبة الدهون الثلاثية ومنع السمنة وأمراض الكلى والقلب وهوغنى فالفسفور والماغنسيوم والأوميجا٣ والمنجنيز وهو مصدر جيد جدًا لعنصر السيلينيوم المهم لعلاج الربو وتقليل التهاب المفاصل الروماتويدي وخفض ارتفاع ضغط الدم واستعادة أنماط النوم العادية في النساء الذين يعانون صعوبة في النوم مع أعراض سن اليأس والحد من الصداع النصفي ومنع النوبات ويساعد على علاج الأمراض الروحية حيث تكره الجن رائحته..وقال ابن داود
ونستخدم زيته لحالات الشلل والتهابات الأعصاب والروماتويد.ويقطع البلغم وينقي الوجه ويحلل الأورام وينفع مع الجرب ويحل القوابي ووجع المفاصل وعرق النساء ويستعمل في اكحال الغشاوه مع العيون ويزيل العطش، كما يعالج الأورام العارضة في جنبتي اصل اللسان والخشونة المزمنة العارضة في قصبة الرئة ويسكن وجع الضرس والأذن إذا قطر ماؤه فيها ويعالج الثعلبة ويحلل ثقل اللسان ويمنع النزلات ضماداً ويسكن الآلام ويفتت الحصى ويدر الفضلات وإذا اكتحل به جلا الظلمة والبياض إذا غلى بالزيت وقطر في الأذن فتح الصمم ويحتوي بذور الخردل علي نسبة عالية من السلينيوم والمغنسيوم وهو مضادة للإلتهابات وعند تناولها بإنتظام تساعد في تقليل أعراض مرض الربو.وتحتوي بذور الخردل علي كمية كبيرة من فيتامين ب المركب مثل حمض الفوليك والنياسين والثيامين والريبوفلافين وهذه العناصر تسرع من عملية الأيض وتؤدي إلي فقدان الوزن والخردل مصدرغني بالكاروتينات واللوتين ومضادة الأكسدة والفلافونويد وفيتامين أ و ج و ك وهذه المكونات غنية بمضادات الأكسدة التي تقاوم أعراض الشيخوخة.ويعمل السلينيوم والمغنسيوم الموجودين في الخردل علي إضفاء خصائص مضادة للإلتهابات وتقليل الحرارة.ويمكن وضعه علي الألم مما يؤدي إلي تخفيف الألم.وبذور الخردل مع الماء الدافئ ونقع القدمين بها مفيدة للغاية



٨١...الريحان...من نباتات الجنة

يحمى القلب والأوعية ويمنع ترسب الكوليستيرول في الأوعية الدموية لإحتوائة على فيتامين.أ.سى. والماغنسيوم والكالسيوم والحديد والبوتاسيوم والسينيول وحمض الكافييك والميثيل سيناميت.ب كيمين.ب كيوميرك.الإستراجول.واليوجينول والروتين.الكوريستين والميرسين والصافرول.الفا وبيتابينين.الكاروتين.التربتوفان وزيت الريحان يعتبر طارد للحشرات الطائرة مثل الذباب والبعوض، وحتى يرقات البعوض، بتركيز ١١٣ – ٢٨٣ جزء فى المليون يمكن أن يقضى على ٩٠ % من يرقات البعوض . مفيد للبرد والثآليل والبثور والديدان المعوية وضد البكتريا فوق وزيته يعالج حب الشباب ويخفف ألآم الروماتيزم وبه مواد ضد السرطانات لأنه ينشط المناعة بزيادة الأجسام المضادة ومفيد فى التخسيس وتقليل والوزن



٨٢..الصمغ العربى.يوقف الفشل الكلوى ومفيد لكل الأمراض

عصير ينتجه نبات أكاسيا سينغال أو أكاسيا سيال وهو خليط من بروتين سكري وسكريات متعددة.ومصدر لسكريات الأرابينوز والريبوز وهومنتج طبيعي لا لون له حتى اللون البني لا رائحة له ويذوب في الماء الحار ويكون خيوط لزجة طعمها حامض خفيف لا تذوب بالكحول.يتم حصادة من الأشجارالبرية بالسنغال والسودان والصومال.يعمل على انخفاض كبير في مؤشر كتلة الجسم بنسبة ٩٥% ونسبة الدهون في الجسم لدى البالغين الأصحاء ويمكن استغلال تأثير الصمغ العربي في علاج السمنة ويساعد على إنقاص الكوليستيرول في الدم .ويمنع الصمغ العربي ترسب بكتيريا الأسنان في المراحل الأولى من التسوس ويستخدم فالخصائص الفيزيائية للأطعمة. ويلطف تهيج الأغشية المخاطية.ويساعد على التئام الجروح ويقي من الإصابة بالسرطان.ويزيل السموم والخلايا السرطانية ويقتل البكتريا وينظم السكر.تتخمر الألياف الغذائية بالصمغ بواسطة بكتريا القولون التي تستخدم هذه المواد كمصدر للطاقة والنمو ويساعد البكتريا على امتصاص النتروجين والتخلص منه في البراز.ويكون هناك زيادة كبيرة في كمية البكتريا والمحتوى النتروجيني والسموم بالبراز ونقص كبير في مادة البولينا والكرياتينين بالدم ويقلل معدل الفشل الكلوى وهو مفيد للتخسيس والسكروالضغط المرتفع والامساك الحاد والمزمن وعلاج القولون العصبي والكلي والمسالك البوليه(الفشل الكلي) والضمورواالقصورالكلوى والضعف الجنسي وتقوية الحيوانات المنوية والانتصاب وامراض الباطنة وامراض الصدر والرئة والجلدية ومفيد لجميع انواع السرطانات ويقوي المناعه.وتعمل الالياف الغذائية الذائبة بالصمغ على رفع معدل الاحماض الدهنية قصيرة السلسلة(short chain fatty acids)والمهمة للوقاية من السموم بالجسم وبالاخص في نهاية الجهاز المعوي.وتساعد الألياف الغذائية الذائبة في الماء علي سهولة الإخراج وتجنب تراكم الفضلات البرازية والسموم والتي قد تؤدي لنمو الخلايا السرطانية في نهاية الجهاز المعوي وتساعد الالياف الغذائية الذائبة على نمو البكتريا الحميدة والتي تساعد على التخلص من الانواع المرضية إذ تمكنها الألياف الغذائية الذائبة من المنافسة بشكل أفضل للتغلب على المرض وتعمل الألياف الغذائية الذائبة في الماءعلي التخلص من مركبات الصفراء السامة حال تجمعها في أسفل الجهاز المعوي وبالتالي تقلل الكوليستيرول والذي يتكون من تركيب هيكلي مشابه لأملاح الصفراء الزائدة وتساعد الألياف الغذائية

الذائبة الموجودة في الصمغ العربي على ضبط معدل السكر والضغط بالدم وبالتالي تساعد مرضى السكر والضغط والسمنة في السيطرة على الوزن وتعمل الالياف الغذائية على السيطرة بالمحتوى المائي وبالتالي تحافظ على الفضلات بمحتوى مائي مناسب.وهذه خاصية من خواص المواد الغروية التي يتبع لهاالصمغ العربي وهي المقدرة علي التحكم في المستوى المائي في اسفل الجهاز المعوي بطريقة تناسب وظائف الاعضاء.تساعد الالياف الغذائية الذائبة في وقاية الغطاء المخاطي لكل الانابيب الموجودة بالجهاز التنفسي والهضمي وحماية هذه الطبقة المخاطية الرقيقة وترفع كفاءة الجهاز المناعي وتقلل الحساسية .وتساعد الالياف الغذائية الذائبة مرضى الكلى والسرطان والإيدز.وتقي الانسجة المهبلية من الالتهابات



٨٣...البقدونس.علالج الحصوات والكلى

يحتوى ١٠٠جم بقـدونـس على مـاء بنسبة ٨٧,٨ جم وسّعرات الحـراريّـــة٣٦
وبروتـين٢,٩٧ جم ودّهـون٠,٩٧جم ونشـويّات٦,٣٣ جم وألياف الغذائيّة٣,٣
جم وكالسيوم١٣٨ملجم وحديـد٦,٢٠ ملجم ومغنيسيوم٥٠ ملجم وفسـفور٥٨
ملجم وبوتاسيوم٥٥٤ ملجم وصّوديوم٥٦ ملجم وزّنـك١,٠٧وفيـتامــين
ج١٣٣ ملجم وثيامين٠,٠٨٦ ملجم وريبوفلاڤين٠,٠٩٨ ملجم
ونّياسين١,٣١٣ ملجم فيتامين ب٦ ٠,٩٠ملجم وفولات١٥٢ ميكروجرام
وفيتامين.أ.٤٢١ مكافئ نشاط الريتينول وفيتامين هـ ٠,٧٥ ملجم وفيتامين
ك١٦٤٠ ميكروجرام ويعـتبر البقدونس مصدراً هامّاً لفيتامين ج والكاروتينات
وفيتامين B6 والفولات وفيتامين (أ) وفيتامين (ك) والبوتاسيوم والمغنيسيوم
والكالسيوم والحديد والكلوروفيل والأبيول(Apiole)
والميريستيسين(Myristicin) والبنـزوبيـرين ومُركّب(-l-allyl-2,3,4,5
tetramethoxybenzole) والفيـوروكـومـارين (Furocoumarins)
والفلافونويدات والفيتامينات وتحديداً فيتامين (ج) ومضادات للأكسدة ويستعمل
لعلاج إلتهابات المسالك البوليّة وحصى الكلى والمثانة ومدر للبول ويساعد في
التّخلص من البكتيريا ويقضى على الجزور الحرة المولدة للسّرطان لإحتوائة على
الأبيجينين(Apigenin)ويعمل الأبيجينين والكوزموسين (cosmosiin)على
منع الصّفائح الدمويّة والكوليستيرول من التّراكم ومفيد للكبد والاستسقاء و
ارتـفاع ضـغط الـدّم والتخسيس والتنـحيف والقـلب والبـشـرة



٨٤...زيتون بيت المقدس.بديل للجراحة والليزرلتفتيت الحصوات

حصى تتكون في جبال فلسطين وبلاد الشام تشبه في شكلها بذرالزيتون وهوحصى ناعم أملس ذاو لون أسود وبه خطوط ذهبية متقاطعة يتم طحن الزيتون الإسرائيلي في مطحنة خاصة حتى يصبح مثل البودرة ويوضع علي الليمون المعصور ونتناولة يوميا بديل عن عمليات الليزر والجراحة ويعمل على تغذية الكليتين وزيادة معدل الأكسجين والغذاء لأنسجة الكليتين وتقليل الأملاح والإلتهابات وتفتيت الحصوات وإزالة المواد السامة



٨٥...شعر الذرة..غذاء وعلاج

هو عبارة عن خيوط تكون بين الذرة و الأوراق تتميز بلونها الأحمر المائل إلى اللون البني لها فوائد للكلى والجهاز البولى وتنحيف الجسم والدم.ويحتوي على Maysinوالفلافونيدات واللانشين والمواد القلوية والزيوت الطيارة والمواد الهلامية والزنك و البوتاسيوم وفيتامين.أ.ج.ب والمعادن والألياف التي تقي من أمراض الجهاز الهضمي مثل البواسير والإمساك وسرطان القولون والمستقيم لإحتواءه على المواد المضاده للأكسده ومصدرًا غنيًا بالفيتامينات خاصة الثيامين والنياسين من أجل الحفاظ على صحة الأعصاب والوظائف الإدراكية ومفيد لمن يعانون من سوء التغذية لإحتواءه على حمض البانتوثنيك ومسكن لألام الروماتيزم والمفاصل لانه يمتص الأحماض الزائدة من الدم لمريض الروماتيزم ومدر للبول ويخلص الجسم من السموم العالقة به لإحتواءه على البوتاسيوم ويلطف بطانة المجري البولي ويقلل الحرقان ومنبه للمرارة ويزيد من إفراز العصارة الصفراء بالمرارة ويستخدم لمنع تكوين حصوات الكلى والمرارة وخفض ضغط الدم ومنبة لعضلات القلب ويساعد على التخلص من إضطرابات البروستاتا وعلاج النقرس وتفتيت الحصوات ومضاد للنزيف البولي وإضطرابات القناة الهضمية والجهاز الهضمي وبه معادن كالفوسفور والمنجنيز والماغنسيوم والزنك والحديد والنحاس والسيلينيوم لتنظيم النموالطبيعي وصحة العظام والكلى والقلب ويمكن تناوله يوميا



٨٦...البلميط المنشارى..بلح نخل الزينة

يستخدم لعلاج مشاكل المسالك البولية وتضخم البروستاتا وخلاصة الاستيروليك الدهنى liposterolic القابل للذوبان في الدهن للبلميط المنشاري يوفر أستيرولات الأحماض الدهنية fatty acids, sterols والأسترات esters والمادة المستخلصة من البلميط المنشارى تخفض هرمون الداي هيدروتستيرون dihydrotesterone (الشكل الفعال للتيستيسترون) والزيوت الطيارة بنسبة ١–٢% من الوزن والزيوت الثابتة والتانات والصابونيات مثل steroidal saponin والسكريات العديدة polysaccharids والبلميط المنشاري لايعتقد بأنه يثبط عمل هذا النوع من التستوستيرون أو الداي هيدروتستيرون في موضع آخر من الجسم.يعمل على تنشيط الدورة الدموية وزيادة الغذاء والأكسجين



٨٧...التين...علاج لما تحب ويفضل مع ورق الزيتون

يحتوى التين على الماء والكربوهيدرات والبروتين والألياف الغذائية والفولات والنياسين والريبوفلافين والثيامين وفيتامين..A.B.C.E.Kوالكالسيوم والحديد والماغنيسيوم والفوسفوروالصوديوم والزنك والبوتاسيوم والدهون والأحماض الدهنية المشبعة والأحماض الدهنية الغير مشبعة الأحادية والأحماض الدهنية المتعددة غير المشبعة..ويحتوى على مركبات الكومارين التى تقلل خطر الاصابة بسرطان البروستاتا وسرطان الثدي وسرطان القولون ويحتوى على البكتين وهى ألياف قابلة للذوبان وتعمل على خفض نسبة الكوليستيرول في الدم ويحتوى على البوتاسيوم وأوميجا ٣ وأوميجا ٦ ويقلل ضغط الدم المرتفع ويمنع حدوث النوبات القلبية التاجية والتجلطات..وتحتوى اوراق التين على مركب الديكوتيون الذى يقلل السكر بالدم ويقلل مضاعفاتة ويقلل الشعور بالتعب ويحسن الذاكرة ويمنع فقر الدم وملين للمعدة والامعاء ويمنع الامساك المزمن وعلاج للبواسير والإلتهابات كالدمامل والقرح موضعيا ومطهر ممتاز للجلد ويساعد لعلاج حب الشباب وغني بالكالسيوم وبديل للأطفال الذين لديهم حساسية لمنتجات الألبان وغني بمركبات البينزلدهيد الطبيعية كالفينول المضادة للورم وتقتل الفطريات والفيروسات وغنية بالالياف التى تقلل الوزن وعلاج السمنة وبالكالسيوم والبوتاسيوم المفيد لزيادة كثافة العظام وغنى بالتريبتوفان الذى يجلب النوم ويزيل الارق ويعالج الضعف الجنسى الغيرمرضى الناتج عن تقدم السن وانسداد الشرايين وضيقها وفقر الدم



٨٨...الخروب

يحتوي على المانان والغالتكان والبنتوزان وخميرة الأكسيداز وأنزيم السيراتونياز السكر وبروتين عالي الجودة ودهون بنسبة ومسحوق البذور بة بروتين وزيوت خالية من الكوليسترول وفيتامين(أ،ب١، ب٢، ب٣، د)ومعادن كالكالسيوم والحديد ،الفسفور،المنغنيز،الباريوم ،النحاس ،النيكل ،الماغنيسيوم وتخلوالثمارمن حمض الأوكساليك (Ox)الذي يحول دون امتصاص الكالسيوم والعناصر المعدنية الأخرى وتسهيل عملية امتصاص الأمعاء للمعادن ومفيد لوقف الإسهال خصوصاً للأطفال بإضافة ملعقة من مسحوق الخروب لحليب الأطفال ويمنع الإمساك وذلك لقدرته على حفظ الماء في الأمعاء وينظم حركة الأمعاء ومعادلة الحمضية والقلوية في الأمعاء وامتصاص بعض السموم والأعفان ويثبط نمو بعض الجراثيم وتخفيف حدة السعال وترطيب وتوسيع الشعب التنفسية ويزيل الثآليل تدليكا وأكلا أو شرابا ومفيد لإدرار الحليب وتعزيز قوته الغذائية والتخلص من الماء الزائد في الجسم ووقف النزيف لإحتوائه على التانين القابض للأوعية الدموية ويشفى قرحة المعدة والأمعاء وذلك لأن الخروب قلوي التأثير فيعادل حموضة المعدة والصمغ الموجود فيه يقلل نشاط الجراثيم ويشكل طبقة عازلة فوق القرحة ويحميها من الأحماض والأنزيمات ويفضل خلطة مع عرق السوس فى علاج قرحة المعدة والأمعاء



٨٩...النعناع

يتكون النعناع من زيت طيار(١,٥%) والمنثون والفلافونيات(لوتيولين.منتوسيد) أحماض فينولية،ثلاثيات التربين.والكالسيوم والفوسفوروفيتامين أ.ب.سى **ويساعد على الهضم لأنه يحث الجسم والجهاز الهضمى على زيادة إفرازات الانزيمات الهاضمه وزيادة نشاط الغدد اللعابية ويساعدعلى الهضم وفاتح للشهيه ومسكن للمغص ويقلل الحموضة ويهدئ تقلصات المعدة والإنتفاخ ومطهر للفم ويقضى على البكتريا والفطريات والفيروسات لإحتوائه على المنتول ويحفز المخ على إفراز السيروتونين المعروف بإسم هرمون السعادة ويقلل الإكتئاب ويحتوى على أملاح معدنية مفيدة لتقليل الضغط العالى ويحتوى على البوتاسيوم المهم لموازنه السوائل بالجسم وإسترخاء الأوعية ويعمل على تنظيم ضربات القلب.ومشروبه الدافىء يسكين الام العضلات والصداع والام الدورة الشهرية والمغص والام الجهاز الهضمى ومهدئ للاعصاب والغثيان والقيء ومضاد للتشنج ومضاد للجراثيم والبكتريا والفيروسات ويشفى الحمى والسعال ونزلات البرد ويقلل حبوب الوجه لأنه يساعد على ضبط الهرمونات كالإستروجين والتيستيسترون ويهدئ حساسية الجلد غسولا وشرابا ويقلل تضخم البروستاتا لإحتوائه على المنتول وهو مضاد للأكسدة ويقلل إنتشارالخلايا السرطانية ومفيد لعلاج النقرس ومفيد فى التخسيس وحرق الدهون و الحصول على وزن مثالي**



٩٠ ...بذور القطونا.البسيليوم.لسان الحمل.آذان الجدي.عشب البراغيث
تحتوي على مواد هلامية(أرابينوكسايلان)ومواد دهنية وزيوت عطرية والأكوبوبوزيد وحمض الاسكوربيك وأوكوبين وبيتا كاروتين وبيتا سيتوستيرول والكالسيوم والكروم والكوبالت والبوتاسيوم والألياف وحمض اللينوليك والماغنيسيوم والمنجنيز والصمغ والنياسين وحمض الأوليك وحمض الأكساليك والفوسفور والريبوفلافين والسيلينيوم والصوديووالثيامين والقصدير والزنك

بذور قطونا ذات محتوى مرتفع من الالياف التى تزيد من الكتلة الحجمية للبراز وتعالج الإمساك وبها الياف تمنع التهاب الردب وهو اكياس صغيرة في بطانة القولون.والقولون هو الجزء الاكبر من الامعاء الغليظة وتقوم هذه العشبة بإمتصاص ماء المعدة والأمعاء ومعه الكربوهيدرات والمخلفات الفائضة فتتخذ شكلاً مخاطيا تعمل واقيا ملطفا لجدار المعدة والأمعاء مع محافظتها على دورها في عمليات هضم الطعام بخلاف مادة البرافين الشائعة لدى جمهور الناس التي تعيق اِمتصاص الفيتامينات والمعادن الأساسية لحجبها الفتيامينات ومنعها جدار المعدة الداخلي من امتصاص هذه المواد.وتستعمل بذور القطونة لتقشير طبيعي لبشرة الوجه وعلاج البقع والحفر والخطوط والتجاعيد ونعومه الجلد وتقوية الشعر وتنعيمة وجيل للشعر.مفيدة في حالات السمنة المفرطة لأنها تعمل كالإسفنج فتقوم بامتصاص الكولستيرول الزائد والدهون الضارة وبعض المواد السامة والمعادن الثقيلة مع الماء وتخرجها مع الفضلات من الجهاز الهضمي وتقي من تصلب الشرايين وأمراض الضغط وتعمل على التقليل من وجود أملاح الصفراء في الأمعاء فتقلل حدوث سرطان القولون والبواسيرلوجود مادة السيلليوم وتساعد على تقليل امتصاص الجلوكوز وتقلل السكر في الدم وتسهل خروج الفضلات بإنزلاقها داخل قنوات الأمعاء بعد التصاقها بالعشبة بسبب لزوجتها وبذلك تنظم حركة القولون وتخفف آلامه وتقلصاته والانتفاخات وتساعد على تخفيف شقوق الشرج والتي يمكن أن تنجم عن والإمساك والإسهال ومرض التهاب الأمعاء ومتلازمة القولون العصبي تقلل من ألم قرحة المعدة والقرحة الهضمية وذلك بفضل خواصها المخدرة والملطفة وتزيل الحرقان وحساسية المعدة وتساعد في عملية الاخراج على المصابين بالبواسير وتقلل من الشعور بالكسل والخمول وذلك بإمتصاصها القلويات المرهقة من المعدة فتعطي شعوراً بالراحة والهدوء وتتميز بخواصها الباردة فيمكن استخدامها للتخفيف من الشعور بالعطش الشديد .



٩١...عشبة الرجلة.البقلة .الفرفحينة .ذنب الفرس

تتكون قلويدات وفلافونيدات وكومارينات وجلوكوزيدات وزيت ثابت وغنية جداً بالكالسيوم والحديد والفيتامينات و(أوميغا - ٣)وأملاح معدنية (نترات البوتاسيوم وكلوريدات البوتاسيوم وكبريتات البوتاسيوم) Oleic .Fibers.Omega3 Alpha-linoleic .Vitamin C Linoleic acid.Potassium.acid Glutathione.Folic acid Betacarotene.Vitamin E.acid Magnesium. نبتة عشبية تنمو زاحفةً على الأرض ذات أوراقٍ خضراء بيضاوية الشكل ملساء ناعمة تحتوي بداخلها على أزهارٍ صفراء صغيرة وتنمو خلال عدّة أشهر في السنة ابتداءً من فصل الربيع ومروراً بفصل الصيف وتبقى حتى فصل الخريف ويمكن تناولها نيئة مضافة لأطباق السلطات بعد غسلها جيداً ومطبوخة بإضافتها إلى شتّى أصناف المأكولات والشوربات الساخنة فهي تمنحها طعماً مميّزاً وتعتبر الأوراق والبذورالأجزاء المستخدمة من هذه النبتة الشهيرة وهي ذات قيمةٍ غذائية عالية تعود إلى غناها بالأحماض الأمينيّة العضوية وخاصّةً الأوميغا٣ ذات الأهميّة الكبيرة لصحة الإنسان، إضافةً إلى احتوائها على السكريات والبروتينات النباتية والألياف والمعادن الأساسية كالكالسيوم والحديد والفسفور والمغنيسيوم، والنحاس والزنك والسيلينيوم والفيتامينات E,BCEومصدر أساسي لمضادّات الأكسدة والبيتا كاروتين وتفيد في مشاكل الجلدوتعالج الأكزيما وتقرحات الجلد، كما يمكن استخدام منقوعها كمادات للحروق والجروح نظراً لاحتوائها على مضادات للفطريات والجراثيم فهي تسرع في التئامها وتستخدم في تخفيض درجة حرارة الجسم وعلاج الحمى وتطرد السموم من الجسم وتنقي الدم من الشوائب وتطهّر المسالك البولية وخاصة الكلى والمثانة من الالتهابات والبكتيريا وتمنع الرواسب والحصى وتعالج البواسير الشرجية وتطرد الديدان المعويّة من الأمعاء وتعالج الإسهال وقرحة المعدة وتنشّط الدورة الدمويّة وتحسّن وظائف القلب والرئتين وتعالج ضيق النفس وتقاوم نزلات البرد والإنفلونزا ولها دوراً كبيراً في علاج الربو الشعبي وتطهّرالفم وتعالج التهابات اللثة وتمنح الجسم طاقة وحيوية ونشاط وتحارب الشعور بالتعب والإرهاق البدني وتفيد لعلاج التهابات المفاصل الروماتزميّة وتخفف من آلامها المزمنة وتحفزعمل الجهازالمناعي للجسم وتمنع تكاثر وانتشار الجذورالحرّة والاورام والسرطانات وتساعدعلى تخسيس الوزن

الزائد وذلك لاحتوائـها على مادة هلامية تبطن الأمعاء الدقيقة وتقلل من امتصاص الجسم لسكريات الـدهـون المشـبعة والتي هي السـبب الرئيـسي في زيـادة الـوزن وتحتوي على إنزيماتٍ تسـاعد على حـرق الدهـون وتحليلـها ومنع تصلب الشرايين



الأولـــوروبيــــــــن...شاي من شـجر الـزيـتــون



منتجات طبيعية ١٠٠% - علاج بالمكملات الغذائية - منتج فعال - آمن – صحة – شفاء وقاية وعلاج للأمراض – مستخلص من شجرالزيتون (الشجرة المباركة) والأعشاب الطبيعية

١..مفيد لمرضى القلب والضغط المرتفع.يقضى على الضغط المرتفع ويعمل على تنظيم وتنشيط الدورة الدموية.حماية للقلب والشرايين التاجية من الجلطات.يقلل ضيق وإنسدادالشرايين التاجية

٢..مفيد لمرضى الكلى.ويعمل على تنشيط الدورة الدموية للكلى وخفض نسبة الكرياتينين واليوريا للمعدل الطبيعى.يزيل الأملاح والحصوات من الجهاز البولى والكليتين

٣..يعمل على تنشيط جهاز المناعة والقضاء على الفيروسات والبكتريا والفطريات والخلايا السرطانية والخلايا الميتة والجزور الحرة الضارة ويقلل المواد المسببة للإلتهابات

٤..مفيد لأمراض المناعة.وعلاج للخمول المزمن والإمساك المزمن والإسهال المزمن والقولون

٥..يقضى على الدهون الثلاثية والكوليستيرول الضار وينشط الكوليستيرول النافع

٦..مفيد للأوعية الدموية ويعمل على إعادة الخاصية المطاطية للأوعية الدموية والتخلص من المواد الضارة المترسبة على جدران الأوعية الدموية (الشرايين والأوردة)

٧..مفيد لمرضى الكبد.يعمل على تنشيط خلايا الكبد وإزالة السموم والتخلص من دهون الكبد والتخلص من الفيروسات سى وبى.مفيد للمرارة ويقلل حصوات وإلتهابات المرارة

٨..مفيد لمرض السكر.يقلل نسبة السكر بالدم ويقوى الأعصاب ويمنع الجلطات

٩- مفيد للتخسيس.يعمل على إنقاص الوزن والتخلص من الدهون

١٠- مفيد للبروستاتا ويعمل على تقليل تضخم حجم البروستاتا

١١- مفيد لأمراض الرئة والربو وضيق النفس والكلى والخلل الوظيفي وإرتفاع وظائف الكلى

مرخص من وزارة الصحة..البحث العلمى مسجل للدكتور محمد أحمد محمود بوزارة الصحة

٤..البــاب الــرابــع.الكى أخــرالــعــلاج وشــفـــاءالــعــليـــل



بعد أن داويــت العليل بالأدوية والحجــامة والأعشـــاب والنحل والعسل ولم يبرأ وظللت سنوات وقدإستيئــست فتذكرت حديث الكى للأمراض التى لم تبرأ بالعلاجـــات الأخرى..فوجدت منافع كثيرة جدا فية ونتــائــج طيــبــة وعاد لقلبى أمل الشفاء للأمراض المستعصية .يعمل الكى على إحداث الصدمات الؤثرة المقوية للمناعة وتنشيط الدورة الدموية وتقليل الإلتهابات بالجسم وضبط الهرمونات والإنزيمات وحيوية الجسم وتوصيل الغذاء والأكسجين للخلايا.وتصل إشارة الى المخ الذى يفرزكميات من الإنكفالين والمورفين والكورتيزون والإندورفين وأكسيدالنيتريكNOوالنيكوتين وبذلك تقل الإلتهابات ويقلل مسببات المرض وتصبح المناعة والدورة الدموية أفضل

١.الفصل الأول في كــيّ الــرأس كـــيّــة واحــــــــــدة

تنفع هذه الكيّة من غلبة الرطوبة والبرودة على الدماغ،وهما سببا الـصداع وكثرة النزلات من الرأس إلى ناحية العينين والأذنين وكثرة النوم ووجع الأسنان وأوجاع الحلق وتنفع لكل مرض يعرض من البرودة كالفالـــج والصرع والسّكتــات المخيــة وإلتهــابات المخ الحادة والمزمنة وعلى المريض أن يأخــذ مــنـظـفـــات للبطن قبل الكى ثلاث أيام ويأخذالمريض أعشاب السناوالشمروالكمــون وبذرالـشبت مخلوطا مغليأو منقوعا ويشـرب كل يوم ثلاث مرات.ثم تضع أصل كفّك على أصل أنفه بين عينيه فحيث إنتهت إصبعك الوسطى ثم تأخذ شيئاً من ملح فحلّه في الماء وشرّب فيه قطنة وضعها على الموضع وأتركه ثلاثة أيام ثـم قطنة مشربة بالسمن أوزيت زيتون ثلاثة أيام أخرى ثم العلاج بالمراهم والمطـهرات النافعة ويقال أن الجـرح كلما بقي مفـتوحاً يخرج القيح فهو أفضل وأنفع.وذكربعضهم بأن يكوى الكى للعظم

٢.الفصل الثـــاني..فـــي كـــيّ الـــــــــــــرأس أيـضـاً

إذاحدث فـي جملة الرأس وجع مزمن.وطال ذلك بالعليل.واسـتعمل ولم يبرأ العليل السَعوطـات والـدهـانــات والـضـمـادات،والـعـلاجـات الأخـرى.ولاسيـما إن كـان قد كُويَ الكيّة الواحدة التي وصفنا فلم ينفعه شيء من ذلـك، فـانـظـر فـإن كــان رأس

العليل قوي البنية بالطبع،ولم يكن ضعيفاً،وكان يجد برداً شديداً، فاكوه كيّة أخرى فوق تلك قليلاً،ثم إكوه على كلّ قرن.وهوالجانب الأعلى من الرأس.من رأسه كيّة،حتى يذهب ثخن الجلد وينكشف من العظم القدر القليل.وإكوه كيّة في مؤخرة رأسه في الموضع الذي يُعرَف بالفائق وهى عظمة بارزة أسفل الرقبةC7موصل الفقرة العليا للعمود الفقاري بالعظم القذالي للرأس،وهى عظمة صغيرة في الخلف في مَغْرز الرأس مِن العنُق وهى المحجمة على الفقرة السابعةC7 وخفّف يدك في هذه ولا تكشف العظم فإن العليل يجدلها ألماً شديداً،خلاف ألم سائر كيّات الرأس كلها

٣.الفصل الثالث.في كيّ الشقيقة غير المزمنة

إذا حدث في شقّ الرأس وجع مع صداع،وأمتد الوجع إلى العين واستعمل سائرالعلاج ولم ينجع ذلك كله، فالكيّ فيها على وجهين.إما الكيّ بالدواء الحاد المحرق،وإما بالحديد.فأما الكيّ بالدواء المحرق،فهو أن تأخذ فصا واحداً من الثوم، فتقشره وتقطع أطرافه من الجهتين، ثم تشق موضع الوجع من الصدغ بمشرط عريض،حتى يُصيِّرَ فيه موضعاً تحت الجلد يسع فيه السن،فتدخله فيه تحت الجلد حتى يغيب،ثم تشد عليه شداً محكماًوتتركه قدرخمس عشرة ساعة، ثم أخرج الثوم، واترك الجرح يومين أو ثلاثة ثم احمل عليه قطنة مغموسة في السمن،حتى يقيح الموضع، ثم تعالجه بالمرهم إلى أن يبرأ، إن شاء الله تعالى .والكى غالبا يحدث النزف،ثم تشرّب قطنة في ماء الملح وتضعها على الموضع، وتتركه ثلاثة أيام،ثم تضع قطنة بالسمن أوزيت زيتون ثلاثة أيام،ثم تعالج بالمرهم والمطهرات إلى أن يبرأ بإذن الله تعالى

٤.الفصل الرابع.في كيّ الشقيقة المزمنة

إذاعالجت الشقيقة بشتى العلاجات ولم ينجح العلاج وطال مرض العليل،فالكى أمثل وأفضل على المكان الذى بة الألم ومركزالرأس وهوحيث تضع أول الكف على الحاجبين وحيث يصل الوسطى من الأصابع فى منتصف الرأس فافعل الكى ومرض الشقيقة..هو مجموعة من الأعراض تسبب ألما في أحد جانبي الرأس ونادرا ما يصيب جانبي الرأس معا ويدوم لفترة تتراوح ما بين ساعة إلى ثلاثة أيام. ويتميز صداع الشقيقة بألم نابض شديد غالباما يكون في منطقة الصدغ أو خلف إحدى العينين أوخلف الأذن،وتصاحب الألم اضطرابات معوية كالشعور بالغثيان والقيء كما تصاحبه إضطرابات بصرية وسمعية كالتحسس الزائد من الضوء والصوت.وقد يصاب المرء به في أي وقت خلال اليوم وغالبا ما تكون الإصابة به في الساعات المبكرة من النهار.وتصاب النساء بالشقيقة أكثرمن

الرجال وبين كل أربعة أشخاص هنالك ثلاث سيدات مصابات بالشقيقة،وقد تبدأ نوبات الصداع بين عمر الخامسة عشرة والخامسة والأربعين وتكون نوبات الصداع عند الكبار أقل عددا وأخف بأسا.

٥.الفصل الخامس.في كيّ أوجاع الأذنين

إذاحدث في الأذن وجع عن برد أوألم حاد أومزمن مع وجود إلتهابات حادة أومزمنة وأخذ المريض المنظفات للبطن والرأس وهى السنامكة والشمروالكمون وبذرالشبت مخلوطا مغليا ثلاث مرات ثلاثة أيام فالكى يكون حول الأذن كلها كما تدور،أوحولهما جميعاً إن كان الوجع فيهما،وتبعد بالكي من أصل الأذن قليلاً ويكون الكي قدرعشرنقط في كل أذن أونحوها ثم تعالج المواضع حتى يبرأشاء الله

٦.الفصل السادس.في كي شلل الوجة

بعدتجربة العلاجات ولم يتم الشفاء وطال مرض العليل فالكى ثلاث كيّات؛واحدة عند أصل الأذن،وهى تحت قرن الرأس بما يوازى أعلى الأذن والثانية أسفل قليلاً من صدغه،والثالثة عند مجتمع الشفتين،واجعل كيّك فى الجهة المريضة وعليك أن تقول للمريض.انفخ بالفم وأغلق الشفتين حتى لايخرج الهواء والجهة التى يخرج منها الهواء هى الجهة المريضة وتأمر المريض أن يغمض عينية فالعين التى لاتغمض جيدا هى الجهة المريضة.ثم تعالج الموضع بما تقدم حتى يبرأبإذن الله.وشلل العصب الوجهي(شلل الوجه).نوعان إما بأسباب تتعلق بالمخ وهو المركزى وإما بأسباب تتعلق بالعصب وماحولة وهو الطرفى المحيطى

٧.الفصل السابع.في كيّ السكتة الدماغية الحادة والمزمنة

إذا أزمنت السكتة،وعالجتها ولم ينجع العلاج،وطال مرض العليل ولم يكن بالعليل حمّى، فاكوه أربع كيات؛على كل قرن من رأسه كيّة،وكية في مركز الرأس وكية على العظمة البارزة أسفل الرقبة على الفقرة السابعة العنقيةC7 وتعالج بما تقدم السكتة.الجلطة:coma. هي أن يبطل الحس والحركة من كثرة دم أوخلط غليظ بارد يملأ بطون الدماغ فيمنع الروح النفسية من النفوذ،ويكون صاحبها كأنه نائم من غير نوم.وهي حالة السبات التام.ومن أسباب عديدة أهمها النزف الدماغي ونقص الدم المغذى لخلايا المخ وغيره

٨.الفصل الثامن.في كي النسيان الذي يكون من البلغم

بعدأخذ العلاجات ولم يبرأ العليل نضع على مؤخره الرأس ضماد الخردل فإن لم يذهب المرض فالكى ثلاث كيات في مؤخر رأسه،وتكون مصطفة من أعلى الرأس إلى أسفل العنق واجعل بين كل كية وكية غلظ الإصبع، ثم تعالج الكي بما تقدم فإن أردت الزيادة وكان العليل محتملاً لذلك، فاكوه الكية فى مركز الرأس، فإن أردت الزيادة فاكوه على القرنين ثم تعالجه حتى يبرأ إن شاء الله.وضماد الخردل النافع من النسيان ومن جميع العلل الباردة في الدماغ كالفالج وشلل الوجة والشقيقة والبَلَه، يؤخذ من الخردل الأحمر الحديث المدقوق المنخول،ومن الزبيب المنقوع في الخل الحاذق يوماً وليلة جزءان،يدق الزبيب مع الخردل حتى يأتي مثل المرهم ثم يحمل على شطر الدماغ للنسيان ويترك عليه قدر ما يحتمل من حرّه ولذعه ثم تنحيه ويدخل الحمام بعده مرات على قدر حاجته إلا أنه ينبغي أن يزيد في وزن الخردل وينقص على قدر مزاج المستعمل له وحسب قوة المريض وضعفه منهم من يحتمل أن يجعل من الخردل جزءاً ومن الزبيب جزأين ومنهم من يحتمل من الخردل جزءا والزبيب ثلاثة أجزاء،ومنهم من يحتمل أقل من ذلك وأكثر ويستعمل للصداع والشقيقة وجميع الأمراض الباردة في الرأس وفي سائر الجسم

٩.الفصل التاسع.في كي الفالج وإسترخاء جميع البدن

ينظف الرأس والبدن بالسنامكة والكمون والشمروبذرالشبت مخلوطا شرابا ثلاث مرات ثلاث أيام ثم إكوه كيّة في وسط الرأس، وكيّة على كل قرن من الرأس،وكية على مؤخره الرأس،وثلاث على فقارات العنق،فإن إحتجت في علة إسترخاء البدن إلى أكثرمن ذلك وكان المريض محتملاً لذلك والمرض قوياً مستحكماً، فاكوه أربع كيات على فقارات ظهره،وأبلغ بالكيّ حتى تحرق من الجلدأكثره،وترفع يدك،ثم تعالجه على ماتقدم حتى يبرأ إن شاء الله والفالج الشقي Hemiplegia. واسترخاء جميع البدنQuadriplegia

١٠.الفصل العاشر.في كيّ الصرع

إنما يكوى المصروع الذي يكون صرعه من قبل البلغم، فينبغي أن ينقى دماغه وجسمة بالسنامكة والشمروالكمون وبذور الشبت مخلوطا شرابا ثلاث مرات ثلاث أيام ثم إكوه الكية الواحدة في مركز الرأس على ما تقدم في الصفة وكيّة أخرى في مؤخره وعلى كل قرن من رأسه كية فإن كان المريض قوياً وكان محتملاً فاكوه أربع كيات على فقارات العنق والظهروأبلغ بالكيّ حتى تحرق من أكثرالجلد

١١.الفصل الحادي عشر.في كيّ الماليخوليا والأمراض النفسية

إذا كان سبب الماليخوليا رطوبات فاسدة وبلغم غليظ فاكوه كية في وسط الرأس وكيّة على كل قرن من الرأس وكية على مؤخره الرأس وثلاث على فقارات العنق فإن إحتجت في علة إسترخاء البدن إلى أكثر من ذلك وكان المريض محتملاً لذلك والمرض قوياً مستحكماً فاكوه أربع كيات على فقارات ظهره وأبلغ بالكيّ حتى تحرق من الجلد أكثره وترفع يدك ثم تعالجه على ما تقدم حتى يبرأإن شاء الله وإن كان سبب الماليخوليا فضل مائل إلى السوداء وكان جسم العليل مرطوباً فاسقه ما ينقي دماغه وبدنة من السنامكة والشمروالكمون وبذور الشبت شرابامخلوطا ثلاث مرات ثلاث أيام ثم إحلق رأس العليل ثم اصنع كعكة محكمة من كتان كالدائرة ثم أنزلها في وسط رأسه والعليل قاعد متربعاً يمسك من كل جهة ثم خذ رطلاً واحداً من سمن الغنم العتيق ثم سخّنه على النار سخونة معتدلة قدر ما يحتمل الإصبع إذا أدخل فيه ثم تفرغه وسط رأسه في الدائرة وتتركه حتى يبرد تفعل ذلك بالعليل كل أسبوع مرة مع سائر تدبيره الجيد حتى يبرأ إن شاء الله تعالى وإن شئت كويته تنقيطاً صغاراً كثيرة من غير أن تمسك يدك بالمكواة بل يكون تشميما فإن هذا النوع من الكيّ يرطب الدماغ بإعتدال ثم تحمل عليه قطنة مشربة في السمن أوزيت زيتون حتى يبرأ إن شاء الله تعالى

المالنخوليا Melancholia.يقول الشيخ الرئيس في كتابه القانون في تعريف المالنخوليا"إنها تغيرالفكرعن المجرى الطبيعي إلى الخوف والفساد لمزاج سوداوي يوحش روح الدماغ ويفزعه"ولقد ذكرأن إستمرار المالنخوليا يؤدي إلى مايسمى بالمانيا وأن سبب المالنخوليا إما من الدماغ نفسه أومن خارج الدماغ.

١٢ . الفصل الثاني عشر.في كي الماء النازل في العين

إذا تبيّن لك ابتداء الماء النازل في العين فنظف العليل بالسنامكة والشمر والكمون وبذرالشبت شرابا ثلاث مرات ثلاث أيام واكوه كيّة في وسط الرأسم واكوه كيّتين على الصدغين إن كان إبتداء نزول الماء في العينين جميعاً أو من الجانب الواحدإن كان إبتداء الماء بالعين الواحدة واقطع بالمكواة جميع الأوردة والشرايين التي تحت الجلد ولتكن الكيات فيها طول في عرض الصدغين وتحفظ من نزف الدم فإن رأيت شيئاً منه فاقطعه على المقام بأي علاج أمكنك وسنأتي بالحكمة في سَل الشرايين وقطعهاوقد يكتوى في القفاتحت العظمين كيتين بليغتين

١٣ .الفصل الثالث عشر.في كي الدموع المزمنة

إذا كانت دموع العين مزمنة دائمة،وكانت من قبل الأوردة والشرايين التي في ظاهرالرأس من خارج،وتيقّنت أن ذلك من فضول باردة غليظة بلغمانية فاكوه الكي الذي وصفت بعينه في إبتداء الماء النازل؛كية في وسط الرأس وكيتين على الصدغين،وكيتين في القفا تحت العظمين ،وإن احتجت إلى زيادة فاكوه كية في كل جانب من ذنب العين على طرف الحاجب بمكواة صغيرة

١٤ـالفصل الرابع عشر.في كيّ نتن الأنف

إذا عالجته ولم يشفى العليل فنظف البدن ثلاث ليال بالسنامكة والشمر والكمون وبذر الشبت شراباثلاث مرات ثلاث ليال،ثم إكوه الكية الوسطى بالمكواة ثم إكوه كيتين فوق الحاجبين تحت الشعرقليلاً،وتحفظ من الشريان لا تقطعه

١٥ـالفصل الخامس عشرفي كيّ استرخاء جفن العين

إذا استرخى جفن العين من مرض مزمن أمرض حاد أو رطوبة فاكوى الجفن كيّة واحدة وإن شئت فاكوه فوق الحاجبين قليلاً كيتين لكل جهة وتباعد بين الصدغين ويكون طول كل كية على طول الحاجب ولاتبالغ يدك بالكي بل على قدرما يحترق ثلث الجلدإن شاء الله تعالى.

١٦ـالفصل السادس عشر.في كيّ جفن العين

جفون العين إذا إنقلبت أشفارها إلى داخل فنخست العين،فالكي فيها على نوعين إما الكي بالنار، وأما الكي بالدواء المحرق؛فأما كيها بالنار،فتأمر العليل قبل ذلك أن يترك أشفاره،إن كان ممن ينتفها،حتى تطول وتستوي،فإن نخسته عند نباتها فيشدعينيه بعصابة لئلا تتحرك حتى تنبت،فإذا نبتت وإستوت ثم تكوي حتى يحترق سطح الجلد وعلامة صحة عملك أن ترى جفن العين قد تشمّروالشعرقد إرتفع عن لحمة العين فارفع يدك حينئذ وإتركه ثلاثة أيام إن شاء الله تعالى فإن عادشيء من الشعربعد وقت وإسترخى الجفن فأعد الكيّ على ذلك الموضع كما فعلت أولاً. فإن كان الشعر في الجفن الأسفل،فاكوه حتى يرجع إلى موضعه الطبيعي،ويستوي ولا ينخس الشعرُ العين.وأما الكي بالدواء المحرق فهوأن تأمرالعليل أن يترك الأشفار حتى تطول وتستوي ثم تصنع من ورق الأس أو ورق الخروع والجير والصابون عجينة على الكى وانظر فإن رأيت الجفن قد ارتفع كما يرتفع عند التشمير بالنار أو بالقطع، وإلا فأعد عليه من الدواء على الموضع الذي لم يؤثر فيه الدواء ولم يسودّ حتى يستوي عملك وتتشمر العين ثم تضع عليه القطن بالسمن حتى ينقلع الجلد المحروق ثم تعالجه بالمرهم النخلي وغيره حتى يبرأ وينبغي لك عند العمل

أن تتحفظ غاية التحفظ أن لا يسقط في العين من الدواء شيء فإن إسترخى الجفن بعد أيام ونخس من الشعر شيء في العين فعِد الدواء على الموضع الذي إسترخى من الجفن كما فعلت أولاً ثم عالجه حتى يبرأ إن شاء الله تعالى . واعلم أن أعين الناس قد تختلف في الصغر والكبر فعلى حسب ذلك فليكن تشميرك. وليس يخفى طريق الصواب على من كانت له دربة بهذه الصناعة إن شاء الله

١٧ـ الفصل السابع عشرفي كيّ الناصورالذي يعرض في مأق العين..

إذاعالجت الناصور بما ذكرنافي تقسيم الأمراض ولم ينجع علاجك فينبغي أن تكويه على هذه الصفة وتأمر العليل أن يضع رأسه في حجرك ويمسك رأسه خادم بين يديك إمساكاً لا يتحرك ولا يضطرب رأسه، ثم تضع قطنة مبلولة في بياض البيض أوفي لعاب البزر قطونا على عينيه ثم تحمي المكواة ثم تعصر الناصور إن كان مفتوحاً وتخرج منه المدة وتنشفه وإن كان غير مفتوح فتفتحه وتستخرج قيحه ثم تضع عليه المكواة وهي حامية جداً فتمسك بها يدك حتى تصل إلى العظم وأبعد يدك قليلاً عند الكي من العين إلى ناحية الأنف لئلا تخطئ يدك أو يقلق العليل فتقع المكواة في شحمة العين فتفسدها.فإن وصلت في أول كية إلى العظم وإلا فأعد المكواة مرّة ثانية إن إحتجت إلى ذلك واتركه ثلاثة أيام ثم احمل عليه قطنة بالسمن وعالجه بالمرهم المجفف حتى يبرأ.فإن مضى له أربعون يوماً ولم يبرأ وإلا فاحمل عليه الدواء الحاد الأكال حتى ينكشف العظم، واجرده على ما سيأتي ذكره في بابه إن شاء الله.ووجه آخر من كيّ الناصور ذكره بعض الأوائل تعمد إلى موضع الناصور فتشقه ثم تضع في نفس الشق قمعاً رقيقاً وتصفي فيه قدر وزن درهم رصاصاً مذاباً وتمسك يدك بالقمع إمساكاً جيداً مزموماً ولا يتحرك العليل البتة لئلا يصل الرصاص المذاب إلى عينه وتضع على عين العليل قطنة مغموسة في بياض البيض، أو في الماء،فإن الرصاص يحرق موضع الناصور ويبرئه برءاً عجيباً إن شاء الله.فإن برئ الناصور بما ذكرنا من الكي والعلاج وإلا فلا بد من استعمال ثقب الأنف، ورد الناصور إلى مجرى الأنف

١٨ـ الفصل الثامن عشر في كيّ شقاق الشفة

كثيراًما يحدث في الشفة شقاق يسمى الشعرة ولا سيما في شفاه الصبيان إذا عالجت هذا الشقاق فلم ينجع العلاج فالكى على فص الشقاق حتى يصل إلى عمق الشقاق ثم تعالجه حتى يبرأ إن شاءالله

١٩ـالفصل التاسع عشر.في كيّ الناصور الحادث في الفم

إذا عرض في أصل اللثات أو الفم،أو في أصول الأضراس، ورم ثم قاح وانفجر وأزمن وجري القيح منه وصار ناصوراً ثم عالجته ولم ينجع فيه العلاج فينبغي أن تسخن مكواة على قدر ما تسع في الناصور،ثم تدخلهاادخله في ثقب الناصور وتمسك يدك حتى تصل الحديدة محمية إلى غوره وآخره، وتفعل ذلك مرة أو مرتين، ثم تعالجه بعد ذلك بزيت الزيتون سبعه أيام ثم بالمطهرات إلى أن يبرأ إن شاء الله... فإن انقطعت الإفرازات وبرئ، وإلا فلا بد من الكشف على المكان وينتزع العظم الفاسد على حسب ما سيأتي في بابه... إن شاء الله تعالى.

٢٠ـالفصل العشرون.في كيّ الأضراس واللثات المسترخية

إذا إسترخت اللثات من قبل الرطوبة،وتحركت الأضراس،وعالجتها بالأدوية ولم ينجح، فالكى يكون على الضرس، وتدخل فيها المكواة حامية بالعجلة، وتمسك يدك قليلاً حتى يحس العليل بحرارة النار قد وصلت إلى أصل الضرس،ثم ترفع يدك، ثم تعيد المكواة مرات على حسب ما تريد، ثم يملأ العليل فمه بماء بة ملح، ويمسكه ويمضمض بة ساعة ويقذف به، فإن الضرس المتحركة تثبت، واللثة المسترخية تشتد، وتجفّ الرطوبة الفاسدة، إن شاء الله.

٢١ـالفصل الحادي والعشرون.في كيّ وجع الضرس

إذا كان وجع الضرس من قبل البرودة،أوكان فيه دود،ولم ينجع العلاج بالأدوية فالكي فيه على وجهين؛ إما الكي بالسمن، وإما الكي بالنار، فأما كيه بالسمن فهو أن تأخذ من السمن البقري فتغليه في مغرفة حديد.أوفي صدفة،ثم تأخذ قطنة فتلفها على طرف المكواة،ثم تغمسها في السمن المغلي وتضعها على الضرس الذى به الألم،وتمسكها حتى تبرد،ثم تعيدها مرات حتى تصل قوة النار إلى أصل الضرس،وإن شئت أن تغمس صوفة أوقطنة في السمن البارد وتضعها على مكان الألم وتجعل فوقها الحديدة المحمية أو سن جهاز الكى الحرارى،حتى تصل النار إلى قعرالضرس أوالسن.وأما كيها بالنار فهو أن تعمد إلى أنبوبة نحاس،أو أنبوبة حديد، ويكون في جرمها بعض الغلظ لئلا يصل حر النار إلى فم العليل، ثم أحم المكواة،وتضعها على نفس السن،وتمسك يدك حتى تبرد المكواة.وتفعل ذلك مرات فإن الوجع يذهب إما ذلك النهار نفسه،وإما يوماً آخرويضع السمن في فمة ساعة

٢٢ـالفصل الثاني والعشرون في كيّ الأورام الليمفاوية

إذا كان الورم الخنزيرى عن بلغم ورطوبات باردة،ولم تكن تنقاد للنضج بالأدوية وأردت نضجها سريعاً فاحمِ المكواة.وضعها محمية على نفس الورم،مـرة وثانيــة إن إحتجت إلى ذلك، حتى تصل إلى عمق الورم. فإن كان الورم صغيراً فاجعل المكواة على قدر الورم ثم اتركه ثلاثة أيام، واحمل عليه قطنة مغموسة في السمن حتى يذهـب ما أحرق النار ثم عالجه بالمرهم والفتايل حتى يبرأ إن شاء الله تعالى
الورم الخنزيري هو ضخامة العقد البلغمية الرقبية .Lymphadenopathy.وغالباً كانت ضخامة سلية،هي أورام صلبة تكون في اللحوم الرخوة،وأكثرها تكون في العنق،ورقاب أصحابها تشبه رقاب الخنازير

٢٣ـالفصل الثالث والعشرون.كيّ بحة الصوت،ضيق النفس

إذا غلبت الرطوبة على قصبة الرئة ولا سيما إذا كان ذلك مع برودة المزاج فينبغي أن يستـفرغ العلـيل بالسـنا والكمـون والشـمر وبـذرالشبت وهى أعشاب مسهلة ثم تكويه كية في نقرة النحر عند أصل الحلقـوم في الموضـع المنخفض وأحـذر أن تصل بالكي إلى الحلقوم ولا تحرق من الجلد إلا نصفه ثم إكوه كيّة أخرى عند مفصل العنق في آخرخرزة منه

٢٤ـالفصل الرابع والعشرون.في كيّ مرض الرئة والسعال

إذا كان السـعال ومرض الرئـة عن رطـوبات باردة ولم يكـن بالعليل حـمى ولا سلّ وكان المرض مزمـناً فاكـوه كيتـين فـوق الترقـوتين في المواضع المنخفضة الليـنة الفارغة وكية أخرى في وسط الصدر بين الثديين ثم عالجه بما تقدم حتــى يبـرأ إن شـــاء الله وإن شئــت فليــكن كيـك تنقيـطـا

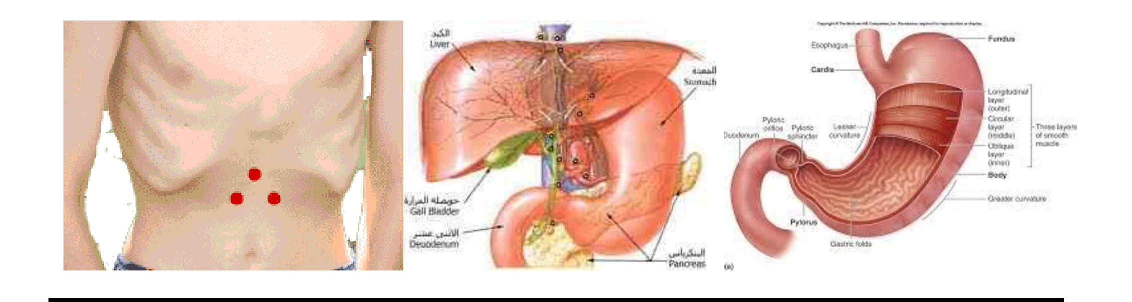
٢٥ـالفصل الخامس والعشرون في كيّ الإبط ومفصل العضد

إذا إنخلع رأس عظـمة العضد بسبب رطوبات مزلقة أو لم يثبت في حين رده عند تخلعه حتى يصيرله ذلك عـادة يردثم ينخلع عند أدنى حركة تعرض كما قد شاهدناه فينبغي أن ترد الفك أولاً ثم يستـلقي العليل على ظهـره أوعلى الجـانب الصحيح ثم ترفع الجلد الذي في داخل الإبط إلى فوق بإصبعك من يدك اليسرى إذا كان المفصل انخلع إلى الداخل ثم تحمي المكواة ثـم تكـوي بهـا الجـلد حتى تـنفذهـا إلى الجــانب الآخر أربع أوست أوثمانٍ كيات بحاجة المريض للكى ثـم يحـمل على الكي الكـراث المدقوق مع الملح ثم يلزم العليل الـراحة ولا يحـرّك العضو زمـاناً حتى يقـوى وإن كان الخلع إلى فوق وقلّ ما يكون ذلك فاكوه فوق المنكب كية واحدة جيدةأو كيـات كثيـرة تـنـقـطـهـافإن المفصل يشتد وتذهب الرطوبة ويبرأ العليل إن شاء الله تعالى



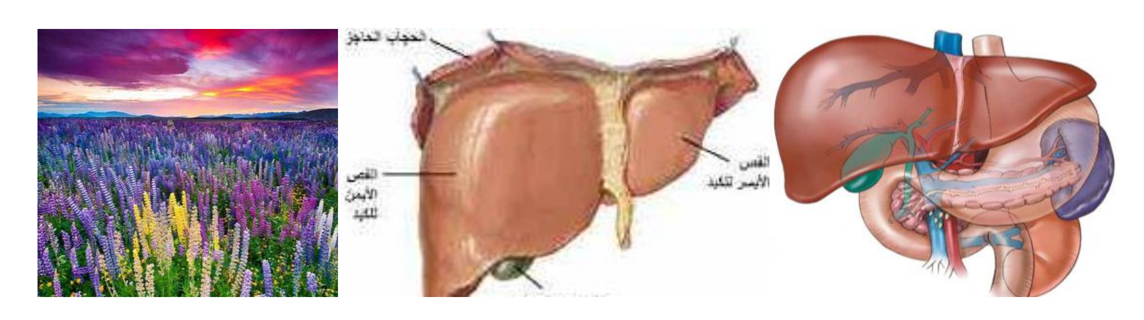
٢٦ـالفصل السادس والعشرون.في كـــيّ المعــــــــدة

إذا حدث في المعدة برد ورطوبات أوإلتهابات حادة أومزمنة كثيرة حتى أخرَجَتْهـا عن مزاجها وكثرت النزلات إليها وعولجت بصنوف العلاج فلم تنجع فينبغي أن يستلقي العليل على ظهره ويمد ساقيه ويديه ثم تكويه ثلاث كيات كية تحـت ملعقة الصدر بقدرإصبع كيتين أسفل عن جنبي الكية الواحدة حتى يأتي شكل الكيات مثلثاً وأبعد بينهما لئلا تجتمع إذا إنفتحت، ويكون عمق الكي قدر ثلـثي ثخن الجلـد وإن شئت كويته كيّة واحدة كبيرة في وسط المعدة دائرة وقد تكوى المعدة تنقيطاً لمن جزع من هذا الكي وهو أن تعلّم على المعدة نقطاً على القدر الذي تريد بالمداد ثـم تكـــويه،ثم تعالجـــه بالعـــلاج الذي تقـدم، حتى يبرأ إن شاء الله تعـالى.ملعقـة الصـدر: لعلها موضع عظمة القص



٢٧ـالفصل السابع والعشرون.في كــيّ الكـــبد البـــــاردة

إذا عرض في الكبد وجع من برودة ورطوبة أومن ريح غليظـة حتى خرجت عن مزاجها الطبيعي خروجاً مفرطا وعولج العليل فلم ينجع ذلك فينبغي أن يستلقي العليل على ظهرة وتكوى ثلاث كيات على هذا الشكل وهذا المقدار بعينه على الكبد أسفل الشراسيف حيث ينتهي مرفق الإنسان ويكون بعد مـا بين كلّ كيـة وكية على غلظ الإصبع ويكون الكي على طول البدن مستقيماً ولا تـزمّ يدك بالمكواة ويكون الكى ناعمّا خفيفا وليكن قدر ما تحرق من ثخن الجلـد قدر نصفـه لا مزيد والعليل قائمـاً على قدميه أومضطجعاً



٢٨ـالفصل الثامن والعشرون.في بـطّ ورم الـكـبـد بـالـكـيّ

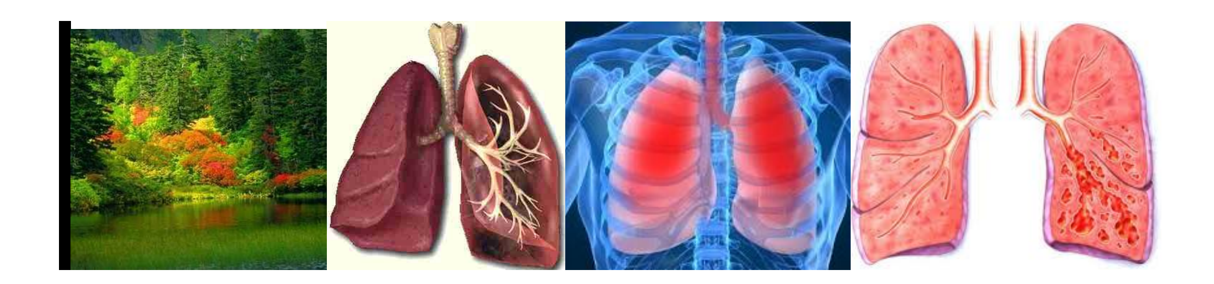
إذاعرض في الكبد خُراج وأردْتَ أن تعلم إن كان الورم في لحم الكبد أو في صفاقه فإن كان في لحم الكبد فإنه يجد الـعليل ثقلاً ووجعاً بغير حدة وإن كان في صفاق الكبد كان مع الوجع حدة شديـدة ورأيـت أنـه قد أعيا الأطـبـاء عـلاجـه فينبـغي أن يستلقي العليل على ظهرة ثم تعلّم موضع الورم بـالمداد ثـم تحمي الـمكواة وتكويه بها كيّة واحدة حتى تحرق الجلد ثم تعالجه بعلاج الخُراجات حتـى يبـرأ إن شاء الله



٢٩ـالفصل التاسع والعشرون.في كيّ الشوصة أوإلتهابات الرئـة.

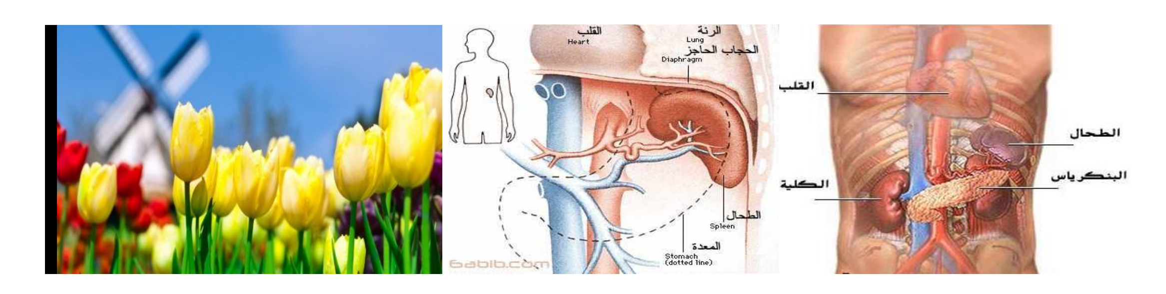
تكوي العليل كية واحدة فيما بين إتصال الترقوة بالعنق وكيتين صغيرتين دون الأوداج قليـلاً مائـلة إلى الناحـية التي تحت اللحـيـة وكيـتين عظيمتين فـوق الثديين بين الضلع الثالث والرابع وكيتين بين الضلع الخامس والسادس مائلة إلى الخلف قليلاً وكية أخرى وسـط الـصدروأخرى فوق المعدة وثلاث كيات من الخلف وواحدة فيما بين الكتفين،وإثنتين عن جنبيّ الصلب أسفل من الكي الذي يكون فيما بين الكتفـين،ولا يـنبـغي أن تـعـمـق يدك بالكي بل يكون في ظـاهـرالجلد تشميماً.

الشوصة.ذات الجنب،ورم في الصدروالأضلاع ونواحيهاومن أنواعه الشوصة والبرسام.الشوصة Pleurisyأوأن تكون الريح الصدرية .Pneumothorax



٣٠ الفصــل الثــلاثـــــون.فـــي كـــيّ الطـــحـــال

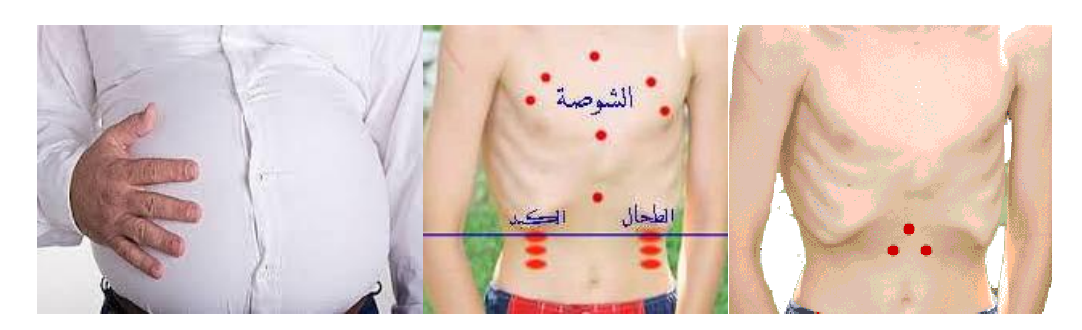
إذاعالجت مرض الطحال ولم ينجح علاجك فالكي فيه على ثلاثة أوجه كلها صواب أحدها أن تكوي ثلاث كيات أوأربعة مصطفّة على طول الطحال على شكل كيات الكبد التي تقدم شكلها ويكون بين كلّ كية وكيّة قدر غلظ الإصبع أوأكثر قليلا ولا تعمّق يدك بالكيّ وصورة العليل ملقى على ظهره..والوجه الآخرفي الكيّ أن تحمي المكواة وترفع الجلدة التي قُبالة الطحال حيث تنتهي مرفق العليل اليسرى ويكون رفعك للجلدعلى عرض البدن لتقع الكيّات على طول البدن ثم تدخل المكواة محميّة جدّ اًوتكوى أربع نقط وإن شئت أن تكوي ثلاث نقط ثم تعالج موضع الكي بعد أن تتركه يمد القيـــــح أيامــــــاً كـثيـرة، فـهـو أنـجـع الـعلاج، إن شاء الله تعالى.



٣١.الفصل الحـــادي والثـــلاثون.في كيّ الاستسقاء

الكيّ إنما ينفع في الاستسقاء الزقي خاصة إذا عالجت المستسقي بضـروب العـلاج فلم ينجح علاجك فينبغي أن تكويه أربع كيات حول السـرة وكية واحدة على المعدة وكية أخرى على الكبدوكية على الطحال وكيتين وراء ظهره بين الخرزات وواحـدة قبالة صدره وأخرى قبالة معدته ويكون قدر عمـق الكي قريـباً من ثخـن الجـلد ثم

تترك الكي مفتوحاً يمِدّ القيح زماناً طويلاً ولا تُخلِ العليل من العلاج بعد الكي بما ينبغي ليجتمع فيه المعنيين هذاأفضل إن شاء الله



٣٢.الفصل الثاني والثلاثون.في كــــيّ الــقــدمين والساقين

إذا تورّمتا في المستسقي وامتلأتا ماءً أصفر فينبغي أن تكوي على ظهر القدم في النقرة التي بين الخنصر والبنصر وأقم يدك بالمكواة ولا تعوجها ثم ترفع يدك ولا تعيدها البتة فإنه يرشح الماء الأصفر ثم تكوي على الساقين كيتين في كلّ ساق ويكون الكي على طول الساق واحدة تحت الركبة والأخرى أسفل منها نحو وسط الساق وعلى كل فخذ كيتين واترك الكي مفتوحاً بغيرعلاج زماناً طويلاً يرشح الماء ثم تعالجه فيبرأ بإذن الله

٣٣.الفصل الثالث والثلاثون.في كيّ الإسهال.العسل يشفية للحديث

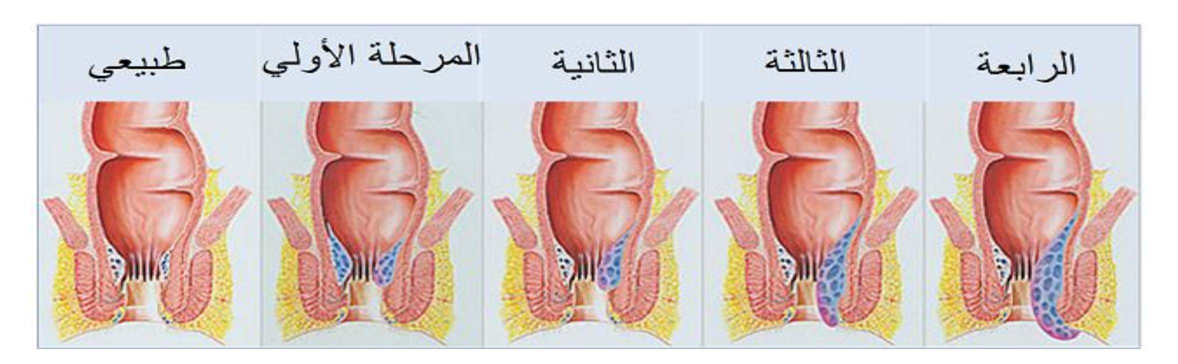
إذا كان الإسهال من برد ورطوبات حتى أضعف القوى الماسكة والهاضمة التي بالمعدة والأمعاء وعولج ذلك بضروب العلاج ولم يبرأ ورأيت العليل محتملاً للكي وافر القوة فاكوه كية كبيرة على معدته على ما تقدم في كي المعدة وأربع كيات حول السرّة وكية على القَطَن فوق العصعص كبيرة أو كيتين فإن رأيت الرطوبات وافرة والعليل محتملاً لذلك فاكوه كيــة على العانة وكية على كل خاصرة وربما زدت كيتين صغيرتين على المعدة قرب الكبيرة فإنه علاج منجح لايخطئ نفعه

٣٤.الفصل الرابع والثلاثون.في كي بواسير المقعدة..كى وربط

إذا كان في المقعدة بواسير مزمنة كثيرة أو واحدة وكانت من أخلاط غليظة باردة أو رطوبات فاسدة وعولجت فلم ينجع العلاج فاكوِ العليل ثلاث كيات أسفل خرز الظهرتحت المائدة قليلاًمثلثة وكية تحت السرة بمثل إصبعين وإن قدّرت أن معدته قد بردت وطعامه لا ينهضم ورأيت وجهه متورماً فاكوه على المعدة كية كبيرة

على ما تقدم وكية على كبده وأخرى على طحاله واترك الكي مفتوحاً زماناً ثم عالجه حتى يبرأ إن شاء الله تعالى

المائدة Flat part of the back:تحدد من الجانبين بمايسمى غمازات فينوس"Dimples of Venus"وهي موضع المفصل القطني العجزي



٣٥.الفصل الخامس والثلاثون.في كي الثآليل بعد قطعها

إذا قطعت الثؤلول فالكى للثؤلول المقطوع، وأمعن يدك حتى تصل المكواة إلى فم العرق الذي يسيل من الدم، تفعل ذلك مرة أو مرتين. فإن كانت الثآليل كثيرة، فاكو كل واحدة كية على ما وصفنا،ثم عالجها بما يوافقها من المراهم حتى تبرأ إن شاء الله.وإن كويته كية أيضاً كبيرة على القطن، كان أبلغ في النفع..والثاليل..هوالسنط

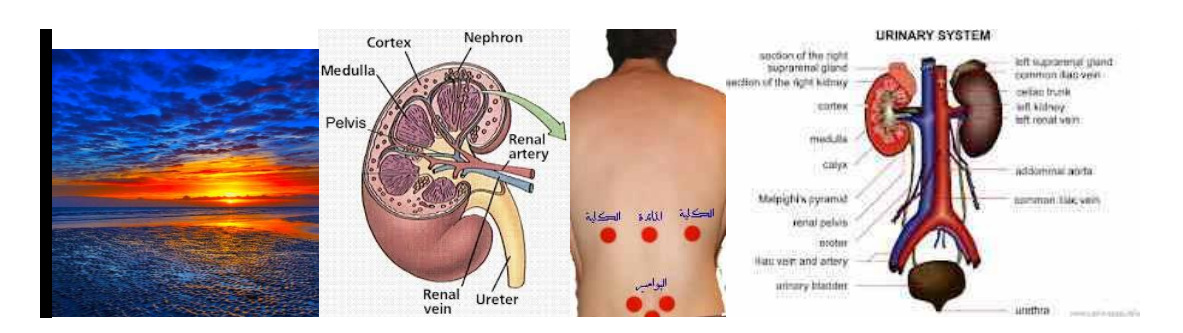
٣٦.الفصل السادس والثلاثون.في كي الناصورالذي يكون في المقعدة ونواحيها..

والشق هناللمريض دواء وإن لم يفعل فالكى مفيد وإن كان متقيحافينبغي لك أن تفتشه بمسمار رقيق ثم إعرف قدرغوره بالمسمارثم إحم المكواة ثم أدخلها حامية في نفس الناصورعلى إستقامة غورالناصور والقدر الذي دخل فيه المسبار وأعد عليه الكي حتى تحترق تلك الأجسام الفاسدة كلها مرة أومرتين أوثلاثة على قدر حاجتك وتحفظ من حرق عصب إن كان هناك أو عرق عظيم وإن كان الناصور يفضي إلى جرم المثانة أو إلى جرم الأمعاء فتحفظ من هذه المواضع كلهاوإنما تفعل ذلك إذا كان الناصور في موضع لحمي وقدرت أنه غير منفوذ ثم عالج الموضع إلى أن يبرأ فإن التحم الموضع وانقطع عنه المواد وبقي كذلك زماناً فاعلم أنه قد برئ على الكمال وإن لم تنقطع عنه المواد فاعلم أنه منفوذ أوفي غوره عظم فاسد

٣٧.الفصل السابع والثلاثون . في كيّ الكـلى

تقع الكلى بجوار العمود الفقرى من الناحيتين وتقع مابين الفقرة الحادية عشرة من الفقرات الصدرية T11 والفقرة الثالثة القطنيةL3 وإذا حدث في الكلى وجع

عن بردأومرض شديد بالكلى أومرض حادأومزمن وقدينقص لذلك الجماع فينبغي أن تكويه على المتنين على نفس الكلى كية على كل كلية وربما كويناه ثالثة في نفس المكان فتأتي ثلاث كيات مصطفة فتكون أبلغ في النفع إن شاء الله تعالى المتنين المتن المتنان هما لحمتا الظهر عن يمين الفقار وشماله وتشكهما عضلتاQuadratus Lumborum



٣٨ـ الفصل الثامن والثلاثون.في كيّ المثانة

إذاحدث في المثانة ضعف وإسترخاء عن برد ورطوبات وإلتهابات والام حادة أومزمنة حتى لايمسك العليل البول فاكوه كيّة في أسفل السرة على المثانة حيث يبتدئ شعر العانة وكية عن يمين السرة وأخرى عن شمالهاويكون بعد الكي من كل جانب على قدرعقد الإبهام وتكويه كية في أسفل الظهر أوكيتين إن إحتجت إلية

٣٩الفصل التاسع والثلاثون.في كيّ الرحم

إذا حدث في رحم المرأة برد ورطوبات وإلتهابات حادة أومزمنة فامتنعت بذلك عن الحبل وفسد طمثها وتعذّر إنتظام الدروره أوحدث لها عند مجيئه وجع فينبغي أن تكوي ثلاث كيات حول السرة كما ذكرنا في كيّ المثانة وكيّة على القطن أسفل الظهرأو كيتين إن شاء الله.

٤٠ـ الفصل الأربعون.في كي تخلع الورك

قد تنصب رطوبات مخاطية إلى حُقّ الورك فتكون سبباً لخروجه عن موضعه، وعلامته أن تطول الساق عن الأخرى إذا قيست بعضها ببعض، وتجد موضع التخلع فيه فراغ، فينبغي أن تكوي العليل على حُقّ الورك نفسه كية تشبه الدائرة، بعد أن تعلم بالمداد حول الحُق كما يدور، ليقع نفس الحق في وسط الدائرة، ،وهى كية كبيرة فإن لم فاكوه ثلاث كيات صغيرة ،وصيّر الكي عميقاً على قدر ثخن الجلد كله، ثم عالجه حتى يبرأ إن شاء الله تعالى .

٤١ـالفصل الحادي والأربعـــون.فـي كـيّ عـرق النَســــــا

إذا حدث وجع في حُق الورك وكان سببة برد ورطوبات وإلتهابات بالعصب المغذى للطـرف السفلى وعالجت العليل ولم ينجع العلاج وأزمــن ذلك فينبـغي أن يسـهل العليـل من الأخـلاط الغليظة بالسـنامكة والشـمروالكمون وبذورالشبت ثلاث مرات ثلاث ايام ثم إكوه.ووجه الكي فيه على ضربين.إما بالأدوية المحرقة أو الكيّ بالنار فالكيّ بالنار يكـون على وجوه كثيرة..إحدها أن تكـون على حـق الورك نفسه ثلاث كيات مثـلثة وتصـيّرلـها عمقاً صالحاً ويكون بين كل كية على قـدرغلظ الإصبع وقد يكوى كية في الوسط على رأس الورك نفسـه فتكـون أربـع كيات وإن شئـت فاكـوه بالدائرة في مكان كي تخلع الورك وكية واحــدة لتكون الدائرة تحيط بجميـع الـورك وتحرق ثخن الجلد كله. هذه صفـة الـكـي فـي عـرق الـنَّسـا إذا كـان الـوجـع لازمـاً للورك نفسه ولم يمتد إلى الفخذ أوالسـاق.فـإذا امتدإلى الفخـذ والساق فاكوه كيتين على الفخذ على الموضع الذي يشير عليك العليل بالوجع،وكيـة فـوق الـعرقــوب بأربع أصابع إلى الجهة الوحشية قـليلاً،ويكون عـمق الكية علـى قـدر ثـخـن الـجلد فقط.فإن أشار العليل إلى أن الوجع يمتـد نحو أصابع الرجل،فاكوه حيث أشار إليك، ثلاثة أو أربعة أو أكثر إن احتاج إلى ذلك.وإن أشـار أن الوجـع تحت الـركبـة نحـو الساق، فاكوه كية واحدة،وتحفظ في جميع كيّك مـن أن تـحـرق عصباً أوشـريـانـاً عظيمـاً، فيحـدث بـذلك علـى الـعـلـيل آفة رديـة أو زمـانـة.فـإن كــان الــوجـــع فـي الـجـهـتـين جـمـيـعـاً كـويـتـهـمـا عـلـى هـذه الـصـفة بعينها إن شـاء الله تعـالى

عرق النَّسا: عرق يمتد في باطن الفخذ من لدن الورك إلى القدم، حتى يظهر عند الكعب في الجانب الوحشي.........الزمانة : عاهة.زكام: هو انحدار الفضل إلى المنخرين، وكذلك يقال للجرح الذي يسيل منه المواد الدائمة زكام.



٤٢ـالفصل الثاني والأربعون.في كيّ وجع الظهر

قد يعرض الوجع بالظهر من أسباب كثيرة إماعن سقطة أوضربة أوإستفراغ مفرط ونحو ذلك ويكون من إنصباب مادة باردة رطبة والكي يقع في هذا الصنف وحده الذي يكون من انصباب مادة باردة رطبة فينبغي أن يسهل العليل من الأخلاط

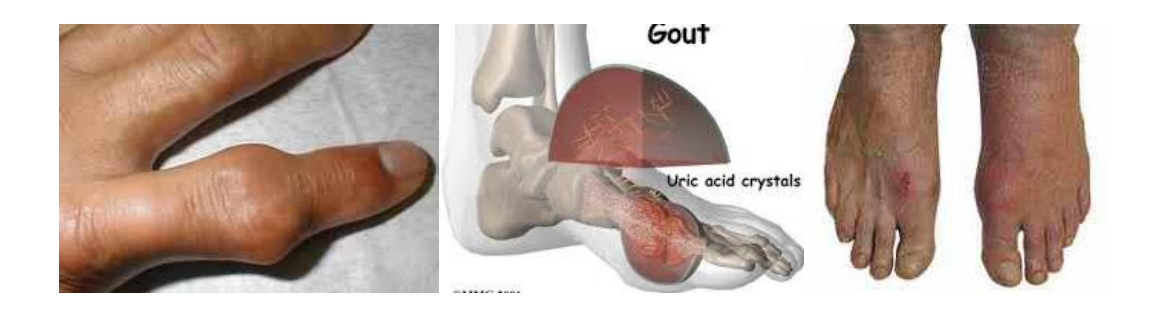
الغليظة بالسنامكة والشمروالكمون وبذورالشبت ثلاث مرات ثلاث أيام ويكوى
على ظهره حيث الوجع ثلاثة صفوف على عرض المائدة نفسها بعد أن تعلم
المواضع بالمداد في كل صف خمس كيّات أوأكثرعلى قدرما ترى من إحتمال
العليل وقوته وإن شئت كويته ثلاث كيات أو أربع

٤٣ـ الفصل الثالث والأربعون.في كيّ ابتداء الحدبة

كثيراً ما تعرض هذه العلة للأطفال الصغاروعلامة ابتدائها في الأطفال أن يحدث عليه ضيق النفس عند القيام والحركة ويجد في آخر فقارات ظهره خرزة قد بدت تنتؤعلى سائر الخرزات، فإذا رأيت ذلك وأردت توقيفها فاكوه على كلّ جهة من الفقارة بإستواء،وإن شئت كويت حول الفقارة صفين أو ثلاثة، ولتكن النقط قريبة بعضها من بعض ثم تستعمل قطنة مشربة بزيت زيتون أوالسمن وتعالج الموضع حتى يبرأ وتحفظ أن تستعمل الكي في الحدبة التي تكون في تشنج العصب .

٤٤ـ الفصل الرابع والأربعون.في كيّ النقرس وأوجاع المفاصل..

إذا كانت أوجاع المفاصل عن رطوبات باردة تنصب لعضو بالجسم وحدثت الأوجاع في الرجلين فمن عادة الأطباء أن يسموا ذلك نقرساً خاصة، فإذا عولج النقرس البارد السبب بضروب العلاج ولم تذهب الأوجاع فإن الكي يذهب بها،وهو أن تكويه بعد إستعمال السنامكة والشمروالكمون وبذورالشبت ثلاث ايام ثلاث مرات حول مفصل الرجلين كيات كثيرة،.وإن احتجت أن تنقط الكى على وجه الرِّجْل فافعل. فإن صعدت الأوجاع إلى الركبتين أو إلى سائر المفاصل، وكثيراً ما يعرض ذلك ،فاكوه على ركبتيه ثلاث كيات أو أربع من كلّ جهة فإن إحتاج إلى أكثر من هذا الكي فاكوه ولا تعمق يدك بالكي ويكون نحو ثخن الجلد فقط، فإن صعدت الأوجاع إلى الوركين والظهر فاستعمل ما ذكرنا من الكي في بابه.فإن كانت الأوجاع في اليدين فقط، فنقط حول الزندين كما تدور صفين، فإن بقيت من الأوجاع في الأصابع فنقطها على كل عقدة نقطة وعلى مشط اليد.فإن صعدت الأوجاع بعد أيام إلى المرفقين أوإلى المنكبين،فاكوهما من كل جهة.ولا تخل العليل من الغذاء الجيد وأخذ الأدوية، فإنه إن أحسن الغذاء واستفرغ البلغم، فإنه يبرأ إن شاء الله تعالى.النِّقْرس.هو من أوجاع المفاصل إلا أن الورم والوجع في مفاصل الرجل تخص باسم النقرس.لاسيما مفصل الإبهام، ومفصل إبهام الرِّجل يسمى نقوروس، ومن هذا اللفظ أخذ اسم النقرس تسميته..والنقرس معروف ،وسببه زيادة حمض البول في الدم وترسبه في المفاصل الصغيرة خاصة أصابع الرجلين



٤٥ـالفصل الخـامـس والأربعــــون.فـي كـــيّ الـفـتــــوق

إذا عرض فتق في الأربية وإنحدربعض الأمعاء أوالثرب إلى الخصية وكان ذلك مبتدئاً قريباً فينبغي أن تأمرالعليل بترك الأكل يومه وأن يستعمل من السـنامكة والشمروالكمون وبذورالشبت مخلوطا شرابا ثلاث مرات ثلاث أيام ثم يضطجع بين يديك على ظهره وتأمره أن يمسك نفسه حتى يبرزالثرب أوالمعي ثم ترده بإصبعك وتعلم بالمداد تحت الفتق على عظم العانة بعلامة تشبه نصف دائرة أطرافـها إلى أعلى البدن ثم تحمى مكواة حتى تأتي بيضـاء ترمي الشرر وترد المعي أو الثـرب بيدك إلى جوفه ثم يضـع خـادم يـده على الموضع لئلا يـبرز المعي وقـد فرجْتَ بين ساقي العليل ووضعت تحته وسادة وخادم آخـر تقعده على ساقيه وآخر على صدره يمسك يديه ثم تترك المكواة على العلامة نفسـها ويـدك بالمـكواة واقـفة مستقيـمة وتمسكها حتى تبلـغ بـها العظم أوتعيدها مـرة أخرى إن لم تبلغ بها في الأولى إلى العظم وتحفظ جهدك من بروز المعي في حين كيّـك لـئلا تحـرقه فيـحدث بـذلك على العـليل إما المـوت وإمـا بـلـية عظيـمة وأعلم أنك متى لم تبلغ بالكي العظم لم ينجع عملك وينبغي أن تكون مكواة الصبيان لطيفة على أقدارهم والكبارعلى أقدارهم ثم تعالج موضـع الكي بعد ثـلاثة أيام بالسمن أو زيت الزيتون حـتى تذهب خشكريشة النار ثم تعالجه بسائرالمراهم حتى يبـرأ ولـيكن العليل مضطجعاً على ظهره أربعين يوماً حتى يلتحم الجرح وينبغي أن تجعل غذاؤه طول مدة عـلاجه مايلين بطنه لـئلا يبرز المعي عند التزحر والتبرز ثم إذا أراد القيام بعد الأربعين يوماًفيستعمل رباطاً محكماً ويـمسكه أربعين يـوماً أخـرى ويقـلّ مـن التـعب والامتلاء بالطعام والشراب والصياح الشديد فإن إستعمل هـذا التـدبيـر يبـرأ برءاً تاماً إن شاء الله وأما الفتوق التي تحدث في سائرالبطن وكان مبتـدئاً وأردت أن لا يزيد فاكوى الفتـق منـه كـية مستديرة على قـدره وليكن ما تـحرق من الجـلد مثـل ثلثيه ثم عالجه بما ذكرنـا فإنه لا يزيـد إن شاء الله بعد أن تعلّم على الفتق بالمداد وتصيّر الخط الذي بالعرض في الجانب الأعلى من الفتق والخط الآخر إلى أسفل وتترك يدك في الوسط بكية واحدة

٤٦ ـ الفصل السادس والأربعون.في كي الوثي أوتمزق الأربطة

إذا حدث في بعض الأعضاء عن سقطة أو ضربة وجع ودام ذلك الوجع زماناً طويلاً ولم ينجع فيه العلاج بالعلاجات،فينبغي أن تكويه بالمكواة ويكون كيّ العضو على حسب كبره وصغره وضعفه وقوّته وتمكّن الوثي والوجع فإن برئ من الكي الأول وإلا فتعيد عليه الكي لأن من عادة هذه الأوجاع أن تنتقل من العضو إلى ما قرب منه فينبغي أن تتبعها بالكي حتى يبرأ العليل إن شاء الله تعالى.الوثيSprain

٤٧ ـ الفصل السابع والأربعون.في كيّ الجذام

أمّا المجذومون فقد ينتفعون بالكي نفعاً عظيماً،ولاسيما صنف الجذام الذي يكون من قبل تعفن البلغم والسوداء، فإذا أردت أن تكوية فانظر.فإن كان الجذام مبتدئاً وعالجته بالعلاجات المعروفة، ولم ينحط ولم يتوقف،وخفْت على العليل أن يستولي الفساد على جميع مزاجه، فاكوه على الرأس خمس كيات؛الواحدة في وسط الرأس المعهودة،والثانية أسفل منها نحو الجبهة عند نهاية الشعر، وإثنتين على القُرنين،وواحدة من خلف على نقرة القفا، وأمعن يدك بالكي قليلاً حتى تؤثر في العظم تأثيراً يسيراً وتنقلع منه قشورليسهل تنفس البخارات الغليظة منها،وتكويه كية على نفس الطحال على ما تقدم.وأمّاإن كان الجذام قد إشتهر على العليل وظهر ظهوراً بيّناً،فينبغي أن تكويه بهذه الكيات التي ذكرنا في الرأس، وكية على طرف الأنف،وكيتين على الوجنتين،وكيتين على فقارات العنق، وست على فقارات الظهر،وواحدة كبيرة على العصعص عند عجم الذنب،وأخرى فوقها في نفس المائدة، وإثنتين على الأوراك على كل ورك واحدة،وإثنتين على الركبتين واحدة على كل ركبة،وإثنتين على المنكبين، واثنتين على المرفقين، واثنتين على ترائب الصدر،وتكويه على كل مفصل من مفاصل أصابع يديه ورجليه كية،وعلى كل كعب من رجليه وزندي يديه كية، وتحفّظ من العصب الذي على مؤخّر الكعبين لئلا تحرقهما،وقد يكوى كية على عظم العانة، وأخرى على فم المعدة،وأخرى على الكبد.واعلم أنك كلمازدت كياً كان أنفع وأنجح،واعلم أن العليل لا يجد للكي وجعاً كما يجده الصحيح من أجل أن بدنه قد خدر، وينبغي أن تكون المكاوي من الكبر والصغر على حسب الأعضاء والمفاصل، على ما تقدم من صفات الحديد،ثم عالج الكي مع العسل،وسائر العلاج حتى يبرأ إن شاء الله تعالى

عجم-عجزوهو العَجْبُ:بالفتح أصل الذنب.وهو العظم الذي في أسفل الصلب عند العجز، وعجب كل شيء مؤخره. وفي الحديث ابن آدم يبلى إلا عجب الذنب.



٤٨ـ الفصل الثامن والأربعون.فـــي كـــيّ الـــخــــــدر

متى خدر عضو من الأعضاء وعولج بالأدوية والأدهان والضمادات فلم يبرأ فاكو نفس العضو المخدور كيات على حسب ما يستحق عِظم الـعـضـو وصـغـره ولـيكن كيك واغلاً في ثخن الجلد قليلاً ثم تعالجه بالمرهـم حتى يبرأ وقد يكوى لبعض الخدر الذي يعرض لليد والرجل في فقارات الظهرعند مخرج العصـب الذي يـحـرك ذلك العضو فيذهب الخدر ولا يقدم على ذلك إلا من كان بصيراً بتشريح الأعضاء ومخارج الأعصاب المحركة للبدن إن شاء الله.

٤٩ـ الفصل التاسع والأربعون.في كي البرص

إذا تقادم البرص ولم تنجح فيه حيلة من حيل الطب فاكـو علـيه كياً فيه عـمـق قليل على قدر ثخن الجلد حتى يذهب البياض ويتغير لونه ثـم تعـالـجه بدقيق العدس مع دهن الـورد وورق لسـان الـحـمـل ودم الـحـمـام أو دم الـخـطـاطـيف من كل واحـد جزء ويخلط الجميع ويطلى على خرقة ويلزم الموضع حتـى يـبـرأ إن شـاء الله تـعـالـى.



٥٠ـ الفصل الخمســـــون.فـــي كـــــي الســــــــرطـــــــان

إذا كان السـرطـان مبـتدئاً وأردت توقيـفه فاكـوه حواليه كما يـدور وقـد ذكـر بعض الحكماء أن يكوى كية في وسطه ولست أرى أنا ذلك لأنـي أتـوقع أن يتـقـرح وقـد شاهدت ذلك مرات، فالـصـواب أن يكوى حواليه بدائرة أو بكيات كثيرة إن شاء الله

٥١.الفصل الحادي والخمسون.في كي الدبيلة Boil Furuncle.

إذا حدث بأحد دبيلة وقد أبطأت في النضج إما من قبل الفضل الفاعل لها وإما من قبل سن العليل إذا كان شيخاً قليل الدم وإما من قبل الزمان وأردت أن تسرّع في نضج الدبيلة فاكو حواليها بكيات صغار كثيرة تنقيطاً ثم اتركها فإنها تسرع في النضج فإن أردت بطّها بالكيّ فاحم المكواة وأنزلها بوسط الدبيلة حتى تنفذ الجلد ولتكن الكية مما يلي الأسفل ليسهل جري القيح ثم تعالجها بما ينبغي حتى يبرأ

٥٢.الفصل الثاني والخمسون.في كي الآكلة

الآكلة إنما هو فساد يسعى في العضو فيأكله كما تأكل النار الحطب اليابس فإن رأيت الآكلة في موضع يحتمل الكي بالنار ثم إكوه من كل جهة حول الأكلة حتى تستأصل الفساد كله ولا يبقى منه شيء البتة ثم تتركه ثلاثة أيام ويحمل على المواضع المكويّة الكبريت المسحوق مع الزيت حتى تنقلع الخشكريشة كلهاوجميع الفساد ثم تعالجه بالمراهم المنبتة للّحم فإن رأيت بعد ثلاثة أيام أن اللحم ينبت نباتاً صحيحاً لا فساد فيه وإلا فأعد الكي على ما بقي من المواضع الفاسدة وقد تعالَج الآكلة بالدواء الحاد، فإنه يقوم مقام الكيّ إلا أن الكي بالنار أسرع نفعا

الأكِلة :هي القرحة التي تأكل لحمها، يقال أكلت القرحة أكلاً فهي أكِلة.والآكلة هي ما يسمى بالغرغرينةGangrene: ، أوRodent ulcer



٥٣.الفصل الثالث والخمسون.في كيّ المساميرالمعكوسة وغيرالمعكوسة.

كثيراً ماتحدث في أسافل القدمين هذه العلة وهي شيء خشن متلبد يؤلم الرجل والكي فيهاعلى وجهين؛إما الكي بالنار،وإما الكي بالماء الحاد فأما الكي بالنار فهو أن تحمي المكواة على قدر ما يحيط بالمسمار من كل جهة ثم تنزلها حامية على المسمار ثم تدير يدك بالمكواة حول المسمار حتى تصل المكواة إلى عمق المسمار وتتركه ثلاثة أيام حتى تهم بالتقيح ثم تضمدها بالخبازي البرّية المدقوقة بالملح وتترك الضماد عليها ليلة فإنها تنقلع من أصولها ثم تعالج موضع الجرح بالمرهم المنبت للخلايا حتى يبرأ.فإن كانت المساميرغير معكوسة وكثيراً

ما تحدث في سطح البدن ولا سيما في الأيدي والأرجل فينبغي أن تأخذ أنبوبة من نحاس أو من حديد أو ريش نسر وتنزلها على المسمار أو الثؤلول ثم تلقي في الأنبوبة من الماء الحاد قدراً يسيراً وتمسك يدك وأنت تديرها مع غمز يدك قليلاً لكي تؤثر حاشية الأنبوبة في أصل المسمارأو يجد الماءُ الحادُّ السبيل إلى الغوص إلى أصل المسمار ويصبر العليل قليلاً على لذع الماء الحاد ساعة ثم تتركه فإن المسمار ينقلع بأصوله هكذا تفعل بها واحدة واحدة حتى تأتي على جميع مامنها في الجسم ثم تعالج مواضعها بعدأن تنقلع بماينبت اللحم من المراهم إن شاءالله

٥٤ـالفصل الرابع والخمسون.في كي الناافض

إذا حدث بأحد نافض من برد في العصب من حمى أوغيرذلك،فينبغي أن تكويه أربع كيات أوخمساً على خرز الظهر، بين كل خرزتين كية، وفي صدره كية،وعلى معدته كية،فإن النافض يسكن،ويسرع بنضج المرض البارد. النافض. Tremor هو الرعدة أو الرعشة التي تتقدم قبل صنوف الحمى. وقد تكون بغير حمى

٥٥ـالفصل الخامس والخمسون.في كي البثرالحادث في البدن

قد يندفع في البدن بثور قبيحة،تكون عن مواد باردة غليظة فاسدة، فينبغي أول ظهورهاأن يكوى على رأس كل بثرة كية لطيفة بعود الآس قد أوقد طرفه بالنار، وقدتكوى الدماميل في أول إندفاعها على هذه الصفة،فلا تزيد ويتبدد الفضل الفاعل لها، ويبرأ منها العليل، إلا أنه ينبغي أن يكون ذلك بعد إستفراغ العليل بالفصد

٥٦ـالفصل السادس والخمسون.كي النزف الحادث عندقطع الشريان..

كثيرأما يحدث نزف الدم من شريان قد إنقطع عند جروح تعرض من خارج أوعند شق ورم،أو كيّ عضو ونحوذلك، فيعسر قطعه،فإذا حدث لأحد ذلك فأسرع بيدك إلى فم الشريان،فضع عليه إصبعك السبابة،وسدّه ،ثم إكوة حتى ينقطع الدم،وتحفّظ ان لا تحرق عصباً.وأعلم أن الشريان إذا نزف منه الدم فإنه لا يستطاع قطعه ولا سيما إذا كان الشريان عظيماًإلا بأحد أربعة أوجه؛ إما بالكي كما قلنا،وإما ببتره إذا لم يكن قد إنبترمن قبل، فإنه إذابتر تقلصت طرفاه وأنقطع الدم، وإما أن يربط بالخيوط ربطاً وثيقاً،وإما أن توضع عليه الأدوية التي من شأنها قطع الدم والشد بالرفايد شداً محكماً. وأما من يحاول قطعه برباط أو بشد بالخرق،أو وضع الأشياء المحرقة،ونحو ذلك، فإنه لا ينتفع بذلك البتة إلا في الندرة.فإن عرض لأحد ذلك ولم يحضره طبيب ولا دواء فليبادر بوضع الإصبع السبابة على فم الجرح نفسه، كما وصفنا،ويشده جيداً حتى ينحصر الدم، ويَنطل

من فوق الجرح على الشريان، والإصبع لا تزول من عليه، بالماء البارد الشديد البرد دائماً حتى يجمد الدم ويغلظ وينقطع،أبوالقاسم خلف بن عباس الزهراوي ولدعام ٩٣٦..١٠١٣ميلادي في مدينة الزهراء شمال قرطبة وقدعرف الزهراوي في الغرب باسم"Albucasis"تحريفاللقبه.وهو ثالث الثلاثة النوابغ من الأطباء العرب وهم الرازي وابن سينا والزهراوي.من أشهر كتبه التصريف لمن عجز عن التأليف..رحم الله علماء المسلمين



الأولـــوروبيـــــــن...شاي من شـجر الزيتـــون



منتجات طبيعية ١٠٠% - علاج بالمكملات الغذائية - منتج فعال - آمن – صحة – شفاء وقاية وعلاج للأمراض – مستخلص من شجرالزيتون (الشجرة المباركة) والأعشاب الطبيعية

١..مفيد لمرضى القلب والضغط المرتفع.يقضى على الضغط المرتفع ويعمل على تنظيم وتنشيط الدورة الدموية.حماية للقلب والشرايين التاجية من الجلطات.يقلل ضيق وإنسدادالشرايين التاجية

٢..مفيد لمرضى الكلى.ويعمل على تنشيط الدورة الدموية للكلى وخفض نسبة الكرياتينين واليوريا للمعدل الطبيعي.يزيل الأملاح والحصوات من الجهاز البولى والكليتين

٣..يعمل على تنشيط جهاز المناعة والقضاء على الفيروسات والبكتريا والفطريات والخلايا السرطانية والخلايا الميتة والجزور الحرة الضارة ويقلل المواد المسببة للإلتهابات

٤..مفيد لأمراض المناعة.وعلاج للخمول المزمن والإمساك المزمن والإسهال المزمن والقولون

٥..يقضى على الدهون الثلاثية والكوليستيرول الضار وينشط الكوليستيرول النافع

٦..مفيد للأوعية الدموية ويعمل على إعادة الخاصية المطاطية للأوعية الدموية والتخلص من المواد الضارة المترسبة على جدران الأوعية الدموية (الشرايين والأوردة)

٧..مفيد لمرضى الكبد.يعمل على تنشيط خلايا الكبد وإزالة السموم والتخلص من دهون الكبد والتخلص من الفيروسات سى وبى.مفيد للمرارة ويقلل حصوات وإلتهابات المرارة

٨..مفيد لمرض السكر.يقلل نسبة السكر بالدم ويقوى الأعصاب ويمنع الجلطات

٩- مفيد للتخسيس.يعمل على إنقاص الوزن والتخلص من الدهون

١٠- مفيد للبروستاتا ويعمل على تقليل تضخم البروستاتا

١١- مفيد لأمراض الرئة والربو وضيق النفس والكلى والخلل الوظيفي وإرتفاع وظائف الكلى

مرخص من وزارة الصحة..البحث العلمى مسجل للدكتور محمد أحمد محمود بوزارة الصحة

٥..الباب الخامس ..باب الأمراض وعلاجها

١..دوالى الخصية.تضخم وإستطالة وضعف الأوردة.التشخيص بالفحص والسونارالملون

مرض يصيب أوردة الخصية وهو الوعاءالدموي الذي يقوم بتصريف الدم المحمل بالنفايات)يؤدي هذا المرض إلى اتساع الأوردة وركود الدم بها محملاً بالمخلفات والنفايات التي تضر الخصية مثل ثاني أوكسيد الكربون والحرارة وغيرهم. وفي الدرجات العليا من الدوالي يرتجع الدم في اتجاه عكسي من أعلي إلي أسفل محملاً بهرمون الأدرينالين القابض للشرايين مما يؤدي إلي انخفاض تدفق الدم المحمل بالأكسجين والغذاء إلي الخصية. تلك هى الكيفية التى تؤدى الدوالى بها الى العقم وتنتج عدداً من الحيوانات المنوية أقل بكثير من المعتاد ثم يبدأ عدد الحيوانات المنوية وحركتها في الانخفاض إلى ما تحت المستوي الطبيعي، و تكثر التشوهات ويقل حجم الخصية وتقل صلابتها،وقديكون بدون أعراض أوشكوى.تتكون الدوالى علي الناحية اليسري غالباً وفى بعض الأحيان علي الناحيتين اليمنى و اليسرى ونادراً ما تكون دوالى الخصية على الناحية اليمني فحسب.وزيادة حدوث دوالى الخصية علي الناحية اليسري يعود إلي أسباب عدة منها.كون الوريد الأيسررأسي

مما يجعل محتواه من الدم الصاعد الى أعلى أثقل وحركته أبطئ بفعل الجاذبية الأرضية إذا كان الشخص واقفاً ويتراكم الدم ويساعد علي اتساع الوريد و تكون الدوالي والسبب غيرمعروف وقد تكون الوراثة أو نقص وضعف جدران الأوعية الدموية المكونة من مادة الكولاجين وقد يشتكي المريض من ألم بالخصية مع الوقوف المستمر والمشي لمسافات طويلة.وقد تكون الدوالي أولية أو ثانوية نتيجة أمراض أخرى وخاصة أمراض القلب والكلى.وقد تؤثرعلى عدد الحيوانات المنوية وقد تسبب الإحساس بالألم دائما..ويتم معرفتها بالفحص الطبي لدى طبيب أوعمل سونار ملون على الخصية ومقياس الحرارة داخل الخصية بالليزر

Doppler ultrasonography (ultrasound designed to detect the sound of backflow of the blood through the valve) and thermography (infrared sensing technology to detect pockets of heat created by the pooled blood).

اللون الأحمرالأكثر أهميه..... اللون الأصفر أقل أهميه

العــلاج...أ.الحجــامة...على العانة من الأمــام فــي المنتصف وعلى اليمين وعلى الشمال وأسفل الظهر.ويمكن أن تزيد عــلى الكـاهـلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجــامة على سحب الإحتقان الدموي من الأوردة وبذلك يقل الركود والإحتقان الدموي وتعمل على تنشيط الدورة الدموية وزيادة التدفق الدموى السليم إلى الخصيتين.وزيادة الغذاء والأكسجين المغذى للخصية.فيزداد

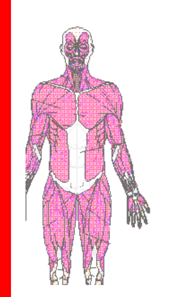
عـدد الـحيوانـات الـمنويــة.وتصبح جدران الأوعيـة الدموية أفضل وأقوى ويقل التضخم بالأوعيـة الدموية ويقل الألم والإلتهابات والجذور الحرةوالخلايا الضارة

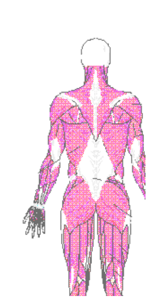
ب.الغذاءوالأعشاب...١.الأناناس.عصيرالأناناس الطبيعي وذلك لإحتوائه على إنزيم البروملين الذي لـه دور مفيد في تقليل الإلتهابات و تقوية جدران الأوعية الدمويــة و تقليــل الإحتقــان والركــود الــدموي ويعمــل علــى تنشــيط الــدورة الدمويـة**...٢.التفـاح.البصـل.يقويـان جدران الأوعيـة الدمويـة ويقللان الإلتهابـات** لإحتوائــهم علـى مـادة الكوريستين المفيدة**...٣.عصير الليمـون بالعسل لإحتوائـه** علـى مـادة الفلافونيـات ومـادة الـروتين التـي لـهـا دور فـي تقوية جـدران الأوعيـة الدمويـة الضـعيفة وتقليل الإلتهابات**...٤.زيـت الزيتـون.زيـت أحـادى يحتـوى على** الأحمــاض الدهنيـــه الأحاديــه الغيرمشـبعة ومـادة الأولـوروبين والبـولى فينـول ومضــادات الأكسـدة ويقلـل الإلتهابــات ويقــوي الأوعيــة الدمويـة وينشـط الـدورة الدموية ويقلل الدهون الثلاثية والكوليسترول**...٥.الأسماك لإحتوائها على الأوميجا** ٣ المفيدة في تقليل الإلتهابات وتقوية جدران الأوعية الدموية**...٦.الفول السوداني** بقشرة الأحمر الداخلى.يقوي جدران الأوعية الدموية الضعيفة وذلك لإحتوائه على البروسـيانيدينات الأوليجوميتريــة.ومـادة البـايكنوجينول**...٧.الخضـروات الداكنـة** والفاكهة ذات اللون الأصفر والجزرلإحتوائهم على مضـادات الأكسدة والفيتامينـات والأمـلاح المعدنيـة والكـاروتين**...٨.العسل.لإحتوائـة علـى الفيتامينـات والإنزيمـات والأملاح المعدنيـة...٩.ورق الزيتون منقوع على مـاء دافئ ليلا ويتم شرابة فى اليوم التالى صباحا وعصرا ومساءا ويتم نقع ملئ اليد ورق مغسول مع لتر مــاء**

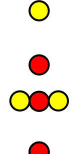
ج...لدغ النحل أعلى العانة حتى الشفاء

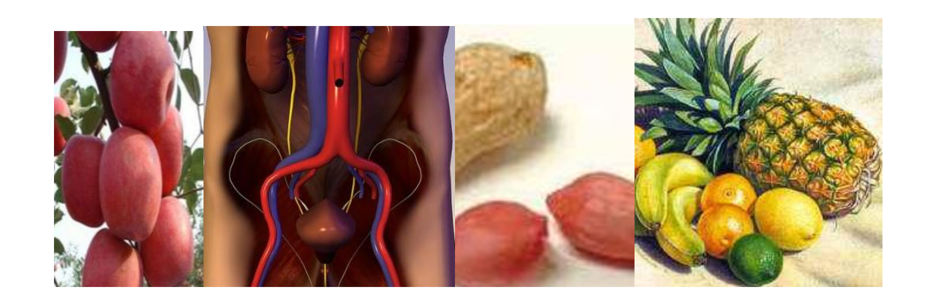
د.ممنوعــات.المعلبــات.الموادالحافظــة.التــدخين.الوقــوف فتــرات طويلــة

النتائج ممتازة بفضل الله.●●اللون الأحمرالأكثرأهميه..اللون الأصفرأقل أهميه.○○









٢- أمراض الكبد والإلتهاب الكبدي الوبائيC-Bأولادنا فلذات أكبادنا

يقع الكبد أسفل حلمتي الصدر بثلاثة أصابع ويزن كيلو وثلث ويخزن لتردم تقريبا .ويقوم الكبد بعمليّة تنظيف الأطعمة التي يتناولها الإنسان من السموم.ويعمل الكبد على امتصاص الأملاح المعدنية والفيتامينات والحديد ويقوم بتخزينها إلى أن يحتاجها الجسم ويقوم بتخزين السكر اللازم للحصول على طاقة الجسم وتنظيمه في الدم.ويعمل على تحليل المركّبات والبروتينات التي يصعب فهمها وتكثر تعقيداتيها والتي يحتاجها الجسم لبناء أنسجته ونموّه ويقوم بالدفاع عن الجسم ضد الفيروسات والجراثيم والميكروبات التي تهاجمه ويعمل على إفراز الصفراء المسؤولة عن هضم وامتصاص الطعام ويقوم بنقلها إلى الأمعاء وإصابة الكبد بالفيروسات عن طريق العدوى أوالتعرض للسموم والمواد الكيمائية والإفراط في تناول الإدوية والكحولات والدهون الصناعية وضعف وإضطراب الجهاز المناعي للجسم..تكون الأعراض في البداية أعراض بسيطة مثل فقدان الشهية للأكل والخمول وقلة النشاط والإجهاد وبعد ذلك تبدأ أعراض مثل الحرارة والغثيان والصداع والقئ والبول الداكن والآلم البطن والصفراء حيث يصبح الجلد وبياض

العين أصفر اللون وإرتفاع إنزيمات الكبد وقد يصل بعد تطور وزيادة المرض إلى زيادة معدل السيولة والنزف وذلك لعدم قدرة الكبد على صنع مواد التجلط وهو البروثرومبين وزيادة الصفراء بالجسم والدم والبول والعين وإنتفاخ البطن وتراكم السوائل بها وتورم القدمين والساقين لإختلال الضغط الإسموزي ونقص بروتين الألبومين الذى يصنعة الكبد وترجيع معه دم من الفم وذلك لتضخم الأوعية الدموية بالمرئ وزيادة الضغط بها وضعف جدرانها والضعف العام وتضخم الكبد والطحال وإرتفاع ضغط الوريدالبابى وسرطان الكبد حيث يقوم الكبد بوظائف كثيرة جدا منها التمثيل الغذائي للبروتينات والكربوهيدرات والدهون وتصنيع الألبومين والجلوبيولين ولهم أهمية كبيرة ويعمل الكبد على تخليص الجسم من السموم لذلك عند تلف خلايا الكبد تتراكم السموم في حالة إلتهاب الكبد المزمن بالدم وخلايا الجسم وتصل إلى المخ مثل الأمونيا وتسبب الغيبوبة الكبدية ويفتقر الجسم إلى العناصر الغذائية التي يقوم الكبد بتوزيعها في الحالة العادية مما يؤدي الى إنخفاض سكر الدم والشعور بالتعب والإجهاد والخمول وتراكم السموم بالجسم وعدم قدرة الكبد على التخلص منها وتراكم الجذور الحرة الضارة بالخلايا السليمة بالكبدوخلايا الجسم والتى لها دور كبير فى حدوث سرطان الكبد.وتراكم السموم بالكبد يؤدي إلى الشعود دائما بالإكتئاب وضعف الذاكرة والهزيان وحدوث الصفراء وقديكون السبب الذى يدمر خلايا الكبد هو جهاز المناعة نفسه وذلك لوجود الفيروس بالكبد ولكن ما دام الفيروس خامل وغير نشيط يبقى مجهولا لجهاز المناعة ولكن عندما ينشط الفيروس ويتكاثر بسرعة يقوم جهاز المناعة بمهاجمة الفيروس والخلايا التي بها وتدميرها.ويعتمد ذلك على الغذاء فما دام الإنسان بعيدا عن المعلبات والمواد الحافظة والسكر والحلويات واللحوم الحمراء والدهون والتدخين ومادام الإنسان يأكل الإسماك والخضروات والفاكهة وعسل النحل الطبيعى يظل بعيدا عن زيادة حدة الفيروس وقد يتم إكتشاف فيروسات الكبد عشوائيا عند التحليل لأسباب أخرى.والتشخيص يكون من خلال عمل تحليل مضادات فيروس سي HCVAntibody ومضادات فيروس

بى.HBSANTIGENويؤكد وجود الفيروس من عدم وجوده تحليل الPCR الـذى يعمـل علـى حصـرعدد الفيروسـات وتحليـل الصـفراء بنوعيهـا والسـيولة ووظـائف الكبـد وقيـاس الألبـومين والألفـا فيتـوبروتين والالكـالين فسـفاتيز والسونارالعادي والملون والاشعة المقطعية الثلاثية والرباعية والرنين على الكبد

الـعـــــــلاج...أ.الحجامة...على الكبد من الأمام أسفل حلمة الثدى الأيمن والأيسرب٣سم وبينهما...ويمكن أن تزيد علـى الكـاهـلC7الفقرة السـابعة العنقيـة وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمـام منتصـف الصدرمن الخلـف علـى T7 الفقـرة السـابعة الصدرية لأعلـى وهـى علـى العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مســافه ٥سم أمـام حلمتـى الصدرمن الخلـف لأعلـى...وأسفل الظهرعلـى الفقرات الرابعـة والخامســة القطنيــة والأولــى العجيزيــةL4.5..S1وهــى علــى منتصـف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلـى...وعلـى الصدر بين حلمتيـى الصدر من الأمـام وتكرر كل ثلاثـة أسابيع أوشهرحتى الشفاء.وتعمل الحجامة على زيادة مناعة الجسم ويقوم الجسم بإفراز مواد قاتلة للفيروسات كثيرة مثل الإنترفيرون الطبيعي وتعمل الحجامة على تنشيط الجسم والخلايا وإفراز مادة اكسيد النيتريك التـي لـها دور كبير فـي تنشيط الـدورة الدمويـة ووصـول الـدم الـى خلايـا الكبـد ممـا يسـاعد فـي القضـاء علـى الفيروسات وتقليل إنزيمات الكبد.وتقوم الحجامة بتخليص الجسم من كرات الدم الحمراء الغير طبيعية في الشكل والحجم والتركيب والعمر والتى عمرها ذاد على ١٢٠يوم.والتـي لـها تـأثير ضـار علـى الجسم وعلـى الـدورة الدمويـة والتـى تحدث إلتصـاقات وجلطـات وإنسـداد بالأوعيـة والشـعيرات الدمويـة وتعمـل الحجامـة علـى تخليص الجسم من الجـذور الحرة الضـار

ب.لدغ النحل.نبدأ بواحدة على الكبد ونزيد العدد تدريجيا حتى تصل الـى ٧ لدغات ويتم اللدغ لمدة شهرويتم الراحة شهر.والدغ يكون كل ثلاثة أيام.ويحتـوي

لدغ النحل على مواد تعمل على تنشيط جهاز المناعة والدورة الدموية وقتل الفيروسات وتقليل الإلتهابات بخلايا الجسم

ج.الغذاء والاعشاب...١.بول الإبل وألبانها.. وصدق الله العظيم إذ يقول(أفلا ينظرون إلى الإبل كيف خلقت) أشارالرسول صلى الله عليه وسلم لفوائد لبن الإبل مع أبوالها وحث على استخدامها..وقال رسول صلى الله عليه وسلم عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ نَاسًا اجْتَوَوْا فِي الْمَدِينَةِ فَأَمَرَهُمُ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم أَنْ يَلْحَقُوا بِرَاعِيهِ يَعْنِي الابلَ فَيَشْرَبُوا مِنْ أَلْبَانِهَا وَأَبْوَالِهَا فَلَحِقُوا بِرَاعِيهِ فَشَرِبُوا مِنْ أَلْبَانِهَا وَأَبْوَالِهَا حَتَّى صَلَحَتْ أَبْدَانُهُمْ فَقَتَلُوا الرَّاعِيَ وَسَاقُوا الإبلَ فَبَلَغَ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم فَبَعَثَ فِي طَلَبِهِمْ فَجِيءَ بِهِمْ فَقَطَعَ أَيْدِيَهُمْ وَأَرْجُلَهُمْ وَسَمَرَأَعْيُنَهُمْ. رواه البخاري..قال القزاز اجتووا أي لم يوافقهم طعامها وقال ابن العربي داء يأخذ من الوباء وفي رواية أخرى استوخموا..قال وهو بمعناه وقال غيره داء يصيب الجوف وفي رواية أبي عوانة عن أنس في هذه القصة فعظمت بطونهم ولبن الإبل يعالج الكثير من الأمراض ومنها أوجاع البطن وخاصة المعدة والأمعاء ومرض الاستسقاء وأمراض الكبد وخاصة اليرقان وتليف الكبد وأمراض الربو وضيق التنفس ومرض السكروالضعف الجنسي ويساعد على تنمية العظام عند الأطفال

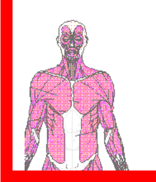
٢...ورق الزيتون..يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات ويقوى المناعة والدورة الدموية ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية الضارة ويقلل السكروالضغط المرتفع ويقضى على الخلايا السرطانية والميتة والغير طبيعية والجذور الحرة الشاردة ويفتت الدهون الضارة ويقضى على السمنة ويفتت الحصوات ويقوى خلايا الكبد ويحمى الدورة الدموية والجسم من الجلطات وينشط الدورة الدموية ويقوى خلايا الكبد لإحتوائه على مادة الأولوروبين والفينول القاتلة للفيروسات...٣.ملعقة خميرة على كوب عصير مرة يوميا فالخميرة بها ٤٢ مركب مفيد .١٢ فيتامين.١٤ حمض.١٦ معدنا جوهريا...٤.القسط الهندى يقتل

الفيروسات والبكتريا ويقوى المناعة وينشط الدورة الدموية والمناعة لإحتوائة على الهيلينين وحمض البنزويك...٥.عصير الجزر الأصفر لإحتوائه على مضات الأكسدة والبيتاكاروتين المفيدة والمقوية لخلايا الكبد...٦.القرع العسلى...يقوى وينشط خلايا الكبد ويقلل الدهون...٧.الخرشوف.يقوي الكبد ويقلل الجذور الضارة وذلك لاحتوائه على المادة السيليمارين والسينارين وفيتامين C ومضادات الأكسدة القوية.إحرص على تناوله طازجا أو مطهيا...٨.عرق السوس.ويقلل منة ذوي الضغط المرتفع لأنه يقلل الإلتهابات الكبدية التي تحدثها الفيروسات لإحتوائه على مشابهات الهيدروكورتيزون والجلسريزين والكاربينوكسولون...٩.بياض البيض يوميا يفيد الكبد لإحتوائة على الألبومين (الزلال)...١٠.البليلة.والمكسرات.والزبادي..لهم دور مفيد جدا في تدعيم وتقوية خلايا الكبد.وتقليل الجذور الحرة الضارة بخلايا الكبد وذلك لإحتوائهم على مركب الزنك المفيد...١١.الأسماك.بروتين سهل الهضم يفيد ويقوي خلايا الكبد ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثي.ويقلل الجذور الحرة الضارة لإحتوائها على الأوميجا٣ ومضادات الأكسدة...١٢.زيت الزيتون.زيت أحادي يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة ولـه خصائص تقوي الكبد وتقلل الدهون الثلاثية والكوليستيرول فى الدم وينشط المناعة والدورة الدموية ومضاد للفيروسات...١٣.الثوم.البصل.لهما دور فعال ومفيد في تقوية خلايا الكبد وتقليل الجذور الحرة وتقليل الكوليسترول والدهون الثلاثية و تنشيط الدورة الدموية لإحتواء الثوم على مركب الدياليل ترايسلفايد.والإس أليلسيتين والجارسلين والأليين والألينازوالفيتامينات والأملاح المعدنية ومضادات الأكسدة ويحتوى البصل على الكوريستين...١٤.العسل.يستخدم بديلا للسكر.فالعسل يحتوى على البروتينات والأملاح المعدنية والفيتامينات والإنزيمات التى تفيد وتقوى خلاياالكبد.والسكر مادة سامة...١٥.التمرلإحتوائة على الأملاح المعدنية ومضادات الأكسدة والفيتامينات والبروتينات المفيدة لخلايا الكبد وطرد السموم من خلايا الجسم.والتمرالهندي الطبيعي يقلل من تليف خلايا الكبد ويقوي

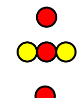
خلاياه...١٦.الهندباء البرية (السريس) له خصائص مدعمة للكبد وقاتل للفيروسات...١٧.الكركم.مفيد للكبد ويعمل على تنشيط الدورة الدموية ويقوي خلايا الكبد ويقلل الجزور الحرة الضارة بالخلايا...١٨.الشاي الأخضر.يقضي على الجذور الحرة ويقوي الكبد لإحتوائه على مضادات الأكسدة لإحتوائة على البوليفينول...١٩.العنب الأحمر.والرمان.والتين.والفاكهة الصفراء.والخضراوات الداكنة اللون والزبيب.لإحتوائهم على مضادات الأكسدة والفلافونيات والبيتاكاروتين.ولهم دور مفيد فى تنشيط الدورة الدموية وتقوية خلايا الكبد وقتل الفيروسات...٢٠.الريحان.مشروب مفيد للكبد وقاتل للفيروسات ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وتقليل الجذور الحرة الضارة لإحتوائه على مركب اليوجينون...٢١.القرنفل.مشروب مفيد للكبد ويقوى خلايا الكبد وينشط الدورة الدموية .قاتل للفيروسات لإحتوائة على مركب اليوجينول...٢٢.الإخنيسيا (الردبكية) تقوى جهاز المناعة وتنشط الدورة الدموية وقاتلة للفيروسات وتحفز الجسم لإنتاج الإنترفيرون الطبيعى القاتل للفيروسات لإحتوائها على الإستيرول والفيتوإستيرول...٢٣.الزنجبيل.مفيد للكبد وقاتل للفيروسات وينشط الدورة الدموية.ويقلل الإلتهابات ويقلل الجزور الحرة الضارة بالجسم...٢٤.الجينسينج.مقوى عام ويفيد الكبد كثيراً ومقوى عام وهو يحتوى على البولى إستيلنك المفيدة... ٢٥.النعناع.يقضى على الفيروسات ويقلل من الجذور الحرة الضارة بالجسم...٢٦.الحبهان.قاتل للفيروسات ومقوى للمناعة ويقلل الجذور الحرة للجسم...٢٧.المريمية.مفيدة للكبد وتقتل الفيروسات و تقلل الجذورالحرة الضارة بالجسم وتقلل الألم الشهرى للنساء وتقلل العرق...٢٨.الميلك سيستل(الكعيب)(شوك اللبن) وبه السليمارين..٢٩..الشعير

د.الكى.على الكبد من الأمام.مفيد للتليف والفيروسات.والمناعة والدورة الدموية

ممنوع.المعلبات والمواد الحافظة مثل الانشون والبيفى والبرجر واللحوم المعلبه والعصائر المعلبه والمياه الغازية والملح



والمخللات.والدهون.واللحوم.والسكر وكل الأشياءوالحلويات المصنوعه منة.





٣.ضـعـف الذاكــرة وكثــرة النسيــان (مرض الزهايمر)

النسيان نعمة من الله ولكن في حدودها الطبيعي المعتاد فنسيان الجراح و الألآم ووفاة الأقارب والأصدقـاء شي عظيم ولكن يشتكي البعض من كثـرة النسيـان ويسـبب هـذا النسـيان الـغيـــر طبيعي الضيق الشديد ويذداد النسيان مع تقدم العمروالأكثر خطورة من ذلك فقدان الذاكرة و يرجع ذلك للغذاء السيئ على مدار السنوات والضغط العصبي والإجهاد وأمراض المخ وقصور الشرايين وقلـة تـدفق كرات الدم الحمراء إلـى المخ.وبسبب تـراكم مـادة الأميلويد ببطء فـي منطقـة من المخ المسئولة عن (الذاكرة) والوظـائف الذهنيـة وبمجـرد أن تتصلب شرايين تلك المنطقة تبدأ مشاكل ضعف الذاكرة وكذلك النسيان.ويزيد من تـراكم مـادة الأميلويد فـي المخ وجود عوامل وراثيـة مثل وجود APO_6 APO_3 والأكثر خطـورة هـو APO_6 وكثـرة وجـود الأجسـام الحـرة الشـاردة الضـارة بالخلايـا السليمة والتدخين والكحولات وزيادة حمض الجلوتاميك بخلايا المخ

العــلاج..أ.الغذاء و الأعشاب..١.صلاة الفجر وتمارين التنفس.تأخذ نفس عميق من الأنف حتى تملئ الرئتين ويتم إخراج الزفير من الفم عدة مرات في

وقت صلاة الفجر..والهواء فى هذا الوقت يكون ممتلأ بالأكسجين النشط الذى يعمل على تنشيط الرئتين وخلايا الجسم كلة...٢.المكسرات والجوز وفول الصويا والذرة والسبانخ والبليلة وجنين القمح والعصفرولهم دور كبير في مكافحة تلف خلايا المخ وتنشيط الذاكرة وذلك لإحتوائهم على مضادات الأكسدة وفيتامين هـ الذي يقلل الجزور الحرة الضارة بالخلايا...٢.البازلاء الطازجة.والبقوليات والبرتقال لهم دورفي تنشيط الدورة وتنشيط الذاكرة وتقليل الجذور الحرة الضارة بخلايا المخ وذلك لإحتوائهم على فيتامين C ...٣.الأسماك.لإحتوائها على الأوميجا ٣ التي لها دور فعال في تقليل الجذور الحرة وتقليل الكوليستيرول والدهون الثلاثية.وتعمل الأسماك على تنشيط الدورة الدموية وتحتوي على مضادات الأكسدة...٤.زيت الزيتون.زيت أحادي يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبع .ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية ويعمل على تنشيط الدورة الدموية والمناعة...٥.عصير الليمون بالعسل.له دور مفيد في تنشيط الخلايا العصبية التي في خلايا المخ وهي مسئولة عن تنظيم الراحة والسلوك والإنفعال ويقلل الجذور الحرة الضارة بالجسم ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وذلك لإحتوائه على مادة الليمونين...٦.الجنكوبيلوبا.له دور مفيد فى حماية خلايا المخ من التلف ويزيد من تدفق الدورة الدموية والأكسجين إلى خلايا المخ...٧.الزنجبيل والنعناع والقرنفل والمريمية واللبان الدكر.مشروبات لتنشيط الدورة الدموية والمناعة ويقضى على الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم...٨.إكليل الجبل (الروزماري) يقضي على الجزور الحرة الشاردة الضارة بالخلايا السليمة ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وذلك لإحتوائه على مضادات الأكسدة القوية وحمض الروزماريك...٩.البيلسان.يعمل على تدفق الدم الى أنسجة المخ ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وذلك لإحتوائه على مركب الكارفاكرول المفيد و الثيمول ولهم دور كبير في تنشيط الدورة الدموية في المخ وتقليل وتفكيك الأستيل كولين الضار بأنسجة المخ .١٠...ورق

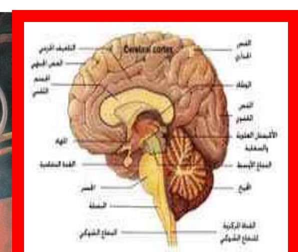
الزيتون وهومفيد فى إزالة المواد التالفة من الجسم وزيادة الأكسجين والغذاء لخلايا المخ وتنشيطها وتنظيف الجسم والدم من الشوائب الفاسدة المرضية

١١..القسط الهندى والبحرى وهو يشفى من أمراض الجهاز التنفسى والجنب

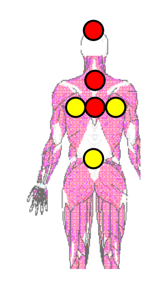
١٢...الخميرة الجافة.منجم الفيتامينات والمعادن والأحماض وبها ٤٢مركب مهم

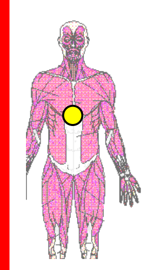
ب.الحجامة...على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة

أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على تنشيط المناعة والدورة الدموية وتنظيف الدم من كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتركيب والعمروالتى عمرها أكثرمن ١٢٠يوم.وتنظيف الدم من الفيروسات والبكترياوالجزورالحرة الشاردة الضارة وخلايا الإلتهابات ويزدادتدفق الأكسجين والغذاء للمخ.وتصل اشارة عبر الأعصاب الطرفية إلى خلايا المخ.ويقوم المخ بإفرازالموادالمفيدةللجسم مثل الإنكفالين والمورفين والكورتيزون والنيكوتين وأكسيدالنيتريك ومواد أخرى كثيرة مفيدة.كانت النتائج ممتازة بفضل الله.عشب البيلسان والبازلاء.









٤ – التـــــدخيـــــن والإدمـــــــــــــــــــــــان

التدخين عادة سيئة تسبب الأمراض الكثيرة الضارة والمسرطنة للمدخن ولمن حوله.يأخذ المدخن من السيجارة أكثر من ٢٥٠ مادة سامة ومسرطنة.والشيشة والمخدرات أكثر ضررا وهما يسببان الأمراض المختلفة والسرطانات وقلة وتشوهات الحيوانات المنوية وتدخين سجارة = إتلاف خلايا أعضاء جسدك كلها والتدخين يسبب الأمراض المختلفة لأنه يزيد من وجود الجذور الحرة الضارة بالجسم وهي جزئيات غير مستقرة تسبب تلف الخلايا السليمة بالجسم وتسبب الشيخوخة المبكرة للخلايا...يقوم المخ بإفراز النيكوتين الذي يعمل كناقل للخلايا العصبية وله دور هام جدا بالجسم والنيكوتين الذي يفرزه المخ مفيد وضروري للخلايا العصبية وحركة الأعصاب والجسم.وعند التدخين يقل إفراز النيكوتين من المخ وذلك لأن السجائرتحتوى على النيكوتين الضار المسرطن الذي يعتمد عليه الجسم والخلايا العصبية ويقل المخ لإفراز النيكوتين الطبيعي المفيد.ويتوقف المخ عن إفراز النيكوتين لوجود المادة المشابهة في السيجارة لكنها ضاره وسامه للأعصاب وخلايا الجسم.وتعمل السجائر والشيشه والمخدرات على زيادة

الجذور الحرة الضارة بالخلايا السليمة والتى لها دور فى زيادة الخلايا المسرطنة والأمراض الخبيثة.والتشخيص بتحليل البول.وقديكون هناك تلف بالغشاء المبطن للأنف وخلل بوظائف الكبد وعلامات بيضاء بالجلد وتلف للجلد عند موضع الاوردة وتغيير بحدقة العين .للإقلاع عن التدخين والإدمان

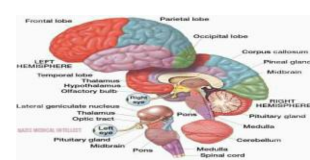
أ.الغذاء و الأعشاب...١.البرتقال.وعصيرالبرتقال لإحتوائه على السيترال والليمونين .لهم دور كبير في مكافحة التدخين والإعتماد على النيكوتين...٢.الجزر.وعصير الجزر لإحتوائه على البيتاكاروتين ومضادات الأكسدة التي لها دور في إعتماد المخ والأعصاب على النيكوتين...٣.الجرجير واللب السوري والبطاطا والبروكلي والكرنب والسبانخ والكنتالوب.لهم دور كبير في تنشيط خلايا المخ وإعادة إفراز النيكوتين من المخ وذلك لإحتوائهم على الفيتامينات ومضادات الأكسدة و اليود وفيتامين Cوالكبريت والجليكوسيدات وفيتامين هـ.ولهم دور كبير في تقليل الجزور الحرة الضارة وتنشيط إفراز النيكوتين...٤.عرق السوس.يقلل منه ذوي الضغط المرتفع.وله دور فعال مفيد في علاج التدخين وإفراز النيكوتين لإحتوائه على الفلافونيات والأيزوفلافونيات والكومارينات و الأسبارجين ومشتقات الكورتيزون الطبيعية...٥.البابونج (الكاموميل).مشروب مهدئ للإعصاب ويساعد الجسم على إفراز النيكوتين لإحتوائه على الفلافونيات مثل الأبيجينين...٦.عشب لسان الحمل.مشروب مفيد ويعمل على إفراز النيكوتين ويكافح التدخين.٧...ورق الزيتون.مفيد فى إزالة المواد التالفة من الجسم وزيادة الأكسجين والغذاء للمخ وتنشيطها وإفراز النيكوتين من خلايا المخ ولة فوائد لكل خلايا وأعضاءالجسم

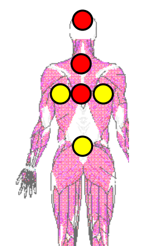
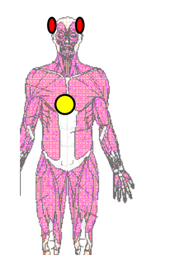
ب.الحجامة...على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام

حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام وأعلى الاذن اليمنى واليسرى ومنتصف الرأس.مرة كل شهر.تعمل الحجامة على تنشيط خلايا المخ وتنشيط الدورة الدموية وتخليص الجسم من كرات الدم الحمراء التالفة في الشكل و الحجم والتركيب والهرمة منتهية العمر وتعمل على زيادة كفاءة جهاز المناعه الذى يقضى على الجذور الحرة الشاردة الضارة وتعمل الحجامة على تنشيط المخ لإفراز النيكوتين والإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون وأكسيدالنيتريكNO.ولهم دورمفيد في تهدئة الأعصاب والجسم

ج.ممنوع.التدخين.المعلبات.المواد الحافظة.السكروالحلويات المصنوعة منه.الدهون والمأكولات المقلية بالزيوت.اللانشون والبيفى والبرجر والشيبسيات



٥- قرح الفراش.علاجه لدغ النحل.وزيت اليقطين+البروبليز+العسل +زيت الزيتوت+الحنة

ورد فى الترمذى عن سلمى أم رافع خادمه النبى صلى الله عليه وسلم قالت(كان لا يصيب النبى صلى الله عليه وسلم قرحة ولا شوكة إلا وضـع عليها الحـنـاء)صـدق رسول الله صلى الله عليه وسلم. والقـرح لها علاقة بسوء التغذية وقلة الفيتامينات والأمراض المزمـنة.وتحـدث نتيـجة الضغط على أماكن معينة لفترات طويلة وقلة الفيتامينات والأملاح المعدنية الطبيعية.والضغوط النفسية.ويجب تغيير وضع النوم والجلوس باستـمرار..والجلد غني بالـدم الـذي يقــوم بإرســال الأكسجـين لبـاقـي الطبقات.فإذا حـدث توقف الـدم للجلد لأكثرمن٢ إلي٣ساعات سيموت الجلد بداية من الطبقة الخارجية لقلة عملية تـدفق الـدم للجلد.ووجود طبقة دهنية تحت الجلد خاصة علي منطقة العظام تساعد علي عدم إغلاق الأوعية الدموية..والأشخاص الذين يعانـون مـن الشـلل وعـدم القـدرة على الحـركة والذيـن لايشـعرون بالألم هم أكثرعرضة للإصابة بقرح الفراش لأن الشعور بالألم هـو الحافز التلقائي للحـركـة والأشخاص شديـدى النحـافة لأنهم لـيس لديهم طبقة دهنية تحت الجلد وعليه فإن الجلد يحك بشكل مباشرمـع العظام ويتحول إلي اللون الأحمر ويلتـهب ثـم تحــدث القرحة.وإذا حـدث خـلل في تـدفق الدم للجلدأوخلل في الطبقة الخارجية للجلد يمكن أن يسـبب ظهـور قـرح وبعض الملابس غير المريحة والخشنة والأحذية التي تحك بالجلـد يمكـن أن تسبب إصابات بالجلد إن تعرض الجلـد لفتـرة طـويلة للبلل نتيـجة العرق أوالبول.ويبدأ الجلد في الإحمرار الشـديـد والتضـخم وظهـوربثورعلي سطح الجلد

وتظهر القرحة علي الجلد وتخترق مستوى أعمق من طبقات حتى تصل إلى طبقة الدهون والعضلات ويحدث خلل في العضلات ثم العظام

العـلاج...أ.الغـذاء والأعـاب..١...ورق اليقطين وزيتة أفضل على القرح

٢...الأنانـاس.وعصـير الأنانـاس الطبيعـي بالعسـل.والبروكلـى والفلفـل البـارد والكتالوب والفرولة والبرتقال والجريب فروت.لهم دور كبير في تنشيط الدورة الدموية و تقليل الجزور الحرة الضارة بالخلايا السليمة وعلاج القرح وذلك لإحتوائهم على فيتامينC...٢.البيض.والبليلة والحبوب الكاملة والزبادى والمكسرات والمحار .لهم أهمية كبيرة فى علاج القرح وتنشيط الدورة الدموية وتقليل الجزور الحرة الضارة بالجسم وذلك لإحتوائهم على الزنك الذي له دور في إعادة بناء الخلايا...٣.الأسماك وزيت الزيتون.لهم دور في تنشيط الدورة الدموية وتقليل الجزور الضارة بالجسم وذلك لإحتوائهم على مضادات الأكسدة والأوميجا٣ المفيدة في تنشيط الدورة الدموية...٤.القرنفل.والزنجبيل.والريحان مشروبات مفيدة لهم دور في تنشيط الدورة الدموية وتوصيل الغذاء والأكسجين...٥.البروبليز والبصل والثوم والزعتروالكركم والقسط الهندى من أقوى المضادات الحيويه الفعاله وأفضلهم البروبليز ربع ملعقة صغيرة مرتين

الدهانات:غيارعلى القرح بالمطهرات ومحلول الملح وتغطى القرح بالعسل المخلوط بورق اليقطين أوزيتة وزيت الزيتون وزيت الحبة السوداء والفلفل الاحمرالباردالمطحون وبروبليزالنحل والقسط الهندى والحنة والصبارأوإثنين منهم مع زيت الزيتون وزيت اليقطين والعسل صباحا ومساءا حتى الشفاء ويفضل زيت زيتون وزيت القرع العسلى وبروبليز النحل وشمع النحل والعسل

ب.لدغ النحل...يقتل الفيروسات والبكترياوالفطريات وينشط الدورة الدموية والمناعة ويقلل الإلتهابات ويساعد على بناء الخلايا والأنسجة.ونبدأبواحدة ثم نزيدالعدد تدريجياحتى سبعة وهو مهم جدا جدا جدا...ج.ممنوع .السكروالحلويات

ج..المساج بزيت لزيون زيت اليقطين

المصنوعة منه المعلبات والمواد الحافظة والتدخين والدهون..وكانت النتائج ممتازة بفضل الله..عالجت حالات كثيرة لم ينجح الطب فى علاجها بفضل الله



٦-الضعف الجنسى.الإستغفار.الحبهان+الينسون+القرفه+الزنجبيل+العسل مع حبوب اللقاح وغذاء الملكات

حالة يعجز فيها الرجل عن الوصول إلى درجة كافية من الإنتصاب وعدم إكمال الممارسة الجنسية بصورة طبيعية ويتكرر ذلك بصورة مزمنة أوعارضة لأسباب نفسية أوعضوية أومرضية مثل الأمراض التى تصيب أجهزة وأعضاء الجسم مثل السكروالضغط المرتفع والأدوية وضعف الدورة الدموية ونقص هرمون التيستوستيرون وعند وجود الإنتصاب الصباحي يكون العلاج أيسر.

العلاج...أ.الحجامة...على العانة من الأمام في المنتصف وعلى اليمين وعلى الشمال منها...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى

على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتعمل الحجامة على تنظيم عمل الجهاز العصبي وتنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق كرات الدم الحمراء والدم بالعضو الذكرى وتعمل الحجامة على زيادة إفراز أكسيد النيتريك NOالذى له دور كبير فى توسيع الأوعية الدموية وزيادة تنشيط الدورة الدموية فى العضو الذكرى وتنظيم الهرمونات

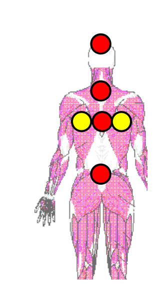
ب.الغذاء والأعشاب...١.الأستغفاروالدليل فى سورة نوح.فقلت استغفروا ربكم إنه كان غفارا.يرسل السماء عليكم مدرارا.ويمددكم بأموال وبنين ويجعل لكم جنات ويجعل لكم أنهارا..وسورة هود(ويقوم استغفروا ربكم ثم توبوا إلية يرسل السماء عليكم مدرارا ويزدكم قوة إلى قوتكم ولا تتولوا مجرمين)

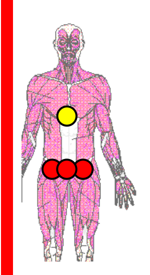
١.التمر(البلح) لإحتوائه على الأملاح المعدنية الكثيرة**...٢.الحلبة** بالبذورمشروب ممتازلإحتوائها على الفيتامينات والمركبات ذات الطبيعة المنشطة**...٣.الينسون**.يعمل على تنشيط الهرمونات للرجل**...٤.القرفة.**لها دور كبير فى تدفق الدم إلى العضو الذكرى**...٤.الحبهان.يحتوى على مركبات مشابهة** لهرمونات الذكورة ويعمل كمنشط جنسى يزيد الشهوة لإحتوائه على مادة السينيول**...٤.الزنجبيل**.يقوى الرغبة وينشط الدورة الدموية**...٥.الجينسينج.مفيد** فى تنشيط الدورة الدموية وإثارة الرغبة الجنسية**...٦.الباذنجان المحشى بالثوم** المقلى بالسمن.يفيد وينشط الرغبة الجنسية وينشط الدورة الدموية**...٧.عرق السوس**.يقلل منه ذوى الضغط المرتفع.يعمل على تنشيط الرغبة الجنسية لإحتوائه على الهرمونات**...٨.السمسم** مع العسل الأسود.لإحتوائهما على الأملاح المعدنية التى تنشط عمل الغدة الكظرية التى تنتج الهرمونات**...٩.حبوب اللقاح**.لإحتوائها على البروتينات والفيتامينات والهرمونات مثل التيستوستيرون**...١٠.الخرشوف**.يزيد الرغبة الجنسية**...١١.العسل مع غذاء الملكات يقوى** الرغبة الجنسية لإحتوائه على البروتينات والأملاح المعدنية.

١٢.طلـع النخـل وحبـوب اللقـاح وبهمـا مـن الفيتامينــات والأمــلاح والمعــادن الكثير...١٣.شرش الزلوع.يحتوى على المواد المنشطة وتزيد تدفق الدم للعضو ج...لدغ النحل..أسفل رأس العضوالذكرى بين رأس العضو وجسم العضوالذكرى د...الكى ..ويكون أسفل رأس العضو وهو مفيد ولة نتائج جيدة للغاية

.ممنوع.المعلبات والتدخين والسكر.كانت النتائج ممتازة بفضل الله مع المرضى







٧-الإكتـئـاب....القرآن..الشعيرالمطحون.الخميرة الجافة

شعورسئ بـالحزن وعدم صفاء الحالـة النفسية للإنسـان لفترات طويلـة و الأرق في النوم لفترات طويلة والشعور بإنعدام القيمـة والـذنب وإرتفـاع وزيـادة الشـهية للطعام أوقلة وإنخفاض الشـهية للطعام والتفكير في إلانتحارونوبـات صداع وألم بالظهر ويرجع ذلك إلى أن كل شئ يفعله الانسان إنما هو يحدث بمؤثرات للخلايـا العصـبية فـي المـخ والخلايـا الناقلـة للنبضـات العصـبية وكـل إنسـان لديـه بلايـن الخلايا العصبية التى لا تعد ولا تحصى ويرجع ذلـك إلـى خلل بالمستوى الطبيعى بـالمواد الكميائيـة الناقلـة للخلايـا العصـبية وهـي مثـل السـيروتونين والـدوبامين والنــورإبينيفرين وتعتبرمــادة الســيروتونين لهــا دور كبيــر فــي حــدوث الإكتئــاب والحالـة النفسية السيئة والسيروتونين مـادة نـاقلـة للإعصـاب وتحمـل الإشـارات العصبية من خلية الـى أخرى ويتكون السيروتونين من حمض التربتوفـان.وقلـة الفيتـامينات وألاملاح المعدنية مثل السلينيوم وفيتـامين Bومضـادات الأكسدة لهم دور فــي حــدوث الإكتئــاب وكثــرة المــأكولات المعلبــة والمــواد الحـافظــة والسكروالحلويات تساهم بشكل كبير فى حدوث الإكتئـاب وذلـك لأنـها تعمل على

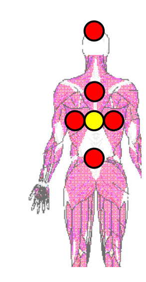
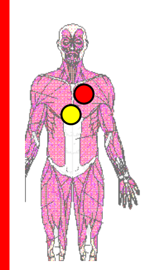
زيـادة الجذور الحـرة الشـاردة الضـارة بالجسم والتـى لـهـا دور كبير فـي حـدوث الإكتئاب وقد يكون سببة قصورفي الخلايا الدبقيـة بـالمخ أو إضطرابات فـي الغدة الدرقية ولا شك أن البعد عن الله لـه الدور الأساسى فى المشاكل النفسيه كلـهـا ولا ننسى أبدآ قول الله عز وجل (ألآ بذكر الله تطمئن القلوب).

العـلاج...أ.الـحجامـة...عـلـى الـكـاهـلC7الفقرة السـابعة العنقيـة وهـى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحنـاء الـرأس للأمـام...وأمـام منتصف الصدرمن الخلـف علـى T7 الفقرة السـابعة الصـدرية لأعلـى وهـى علـى العمـود الفقـرى مـابين أسـفل عظمتـى اللـوح مـن جهـة الظهـر...ويمينهـا ويسـارها علـى مسـافه ٥سم أمام حلمتـى الصدرمن الخلف لأعلـى...وأسفل الظهرعلـى الفقرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتـى الحـوض...وعلـى اليـافوخ بـالرأس وهـو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.وتكرر كل شـهر حتـى الشـفاء.وتعمـل الحجامـة علـى تنشيط الـدورة الدمويـة وتنظيم معدل إفرازالسـيروتونين والنواقـل الكيمائيـة الأخـرى.وتعمـل الحجامـة علـى تخلـيص الجسـم مـن الجـذور الحـرة الشـاردة الضـارة بالخلايـا السـليمة بالجسـم وتعمـل الحجامه أيضا على تخليص الجسم من كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل و الحجـم والتركيـب ومنتهيـه العمروتعمـل الحجامـة علـى سـرعة نقـل الإشـارات العصـبية بإنتظـام وأثنـاء الحجامـة يـتم إفـراز المـخ للإنكفـالين والإنـدورفين والمـورفين والكـورتيزون وأكسـيدالنيتريكNOوالنيكـوتين.ولـهـم تـأثير مهـدئ للخلايا والحجامة تحسين الحالة النفسية وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

ب...الأعشـاب والـغـذاء...ألآ بـذكر الله تطمـئن القلـوب.الأستغفاروالصـلاة بالمسجد والأمـر بـالمعروف والنهـى عن المنكر وطاعـة الله لـهـا التـأثير المباشر علـى راحـة النفس...**٢.نصف ملعقة خميرة جافة على كوب عصير مرة يوميا فـالخميرة بها ٤٢ مركب مفيد . ١٢ فيتـامين . ١٤ حمض مفيد.١٦ من المعدن**

الجوهرية لمفيدة...٣.الشعير له خصائص مهدئة ويقلل الإكتئاب ويحسين الحالة النفسية وذلك لإحتوائه على مضادات الأكسدةوالتوكوترينولات والليجنان والسلينيوم وفيتامين E والبيتاجلوكان .البوتاسيوم ويقلل الدهون الثلاثية والكوليستيرول وينشط الدورة الدموية والمناعة.. ٤...ورق الزيتون.ينشط الدورة الدموية ويزيد تدفق الغذاء والأكسجين للخلايا وخلايا المخ ويقلل المواد التالفة ويقلل الإلتهابات ...٥.عرق السوس العشبي ويقلل من إستعماله ذوي الضغط المرتفع.يحتوي عرق السوس على مركبات كثيرة تعمل على تقليل ومنع إفراز إنزيمات الإكتئاب مثل إنزيم MAO فهذا الإنزيم له تأثير كبير على حدوث الحالة النفسية السيئة والإكتئاب ومركبات عرق السوس لها تأثيرقوى على منع إفراز هذا الإنزيم وتقليله...٦.إكليل الجبل (الروزماري) يحسن الحالة النفسية ويحد من الإكتئاب ويقلل الجذور الحرة الشاردة الضارة بخلايا الجسم السليمة ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وذلك لإحتوائه على السينيول الذي ينبه الجهاز العصبي المركزي...٧.الجنكة.الجينسينج.الزنجبيل لهم دور في تنشيط الدورة الدموية وتقليل الجذور الحرة الشاردة التي تضر بخلايا الجسم ويعمل على تقليل عمل إنزيم MAO الذي له دور في حدوث نوبات الإكتئاب...٨.الترنجان.له خصائص مفيده في تقليل نوبات الإكتئاب والشعور بالفرح والإرتياح وهو ذو رائحه نفاذه...٩.الكرفس.والشبت.والرجلة .ولهم خصائص مضادة للإكتئاب ولهم دور في تقليل الملل وتقليل عمل إنزيم MAO الذي له دور في حدوث نوبات الإكتئاب وذلك لإحتوائهم على المعادن والفيتامينات ومضادات الأكسدة والماغنسيوم والبوتاسيوم.



٨-السعال(الكحة).علاجها.القسط+ورق الزيتون+ورق الجوافة+عرق السوس+العسل

هورد فعل طبيعى للجسم وذلك لحدوث تهيج في الحلق والشعب الهوائية أوالرئتين وهومفيد لطرد المخاط والبكتريا والإلتهابات من الجهاز التنفسى وقد يكون السعال رد فعل عكسى منقذ للحياه وذلك عند التصاق شئ بالحلق أوإنسداد الشعب الهوائية لأسباب ما وقد يكون السبب الفيروسات والبكترياوالأتربة والدخان والتدخين والملوثات الهوائية والحساسية.وقد يكون سبب السعال.الأمراض والإلتهابات المزمنة ومرض القلب والسرطانات والسل والأدوية.

العلاج.أ.الحجامة...على الرئتين من الأمام بين عظمة الترقوة وحلمة الصدر من الناحيتين...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف

الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية بالرئتين والشعب الهوائية مما يقلل الإلتهابات وتقل مادة الهستامين وتعمل الحجامة على تقليل الإفرازات التى تسبب الإلتهابات وإنسداد الشعب الهوائية ويزدادإفرازالمورفين والإنكفالين والكورتيزون وأكسيدالنيتريك من المخ وتتحسن الرئة وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

أ.الغذاء والأعشاب...١.القسط الهندى والبحرى.يقضى على الفيروسات والبكتريا والفطريات والجزورالحرة الشاردة والإلتهابات وينشط الدورة الدموية والمناعة ويزيل الكحة شرابا مغليا أومنقوعا لإحتوائة على مادة الهلينين وحمض البنزويك **٢.الزنجبيل.يقلل الإلتهابات ويقضى على الفيروسات والبكتريا وله تأثير** قوى على تخفيف السعال**..٣.عرق السوس العشبى.**يجب أن يقلل منه ذوى الضغط المرتفع يحتوى على مشابهات الكورتيزون الطبيعى**...٢.الشمر.وله تأثير** مفيد على تقليل الإلتهابات والقضاء على السعال**...٣.الإخنسيا (الردبكية).ترفع** جهاز المناعة وتعمل على تقليل الإلتهابات ونوبات السعال**...٤.ورق الجوافة.**مفيد للسعال ويعمل على تقليل الإلتهابات**...٥.الثوم.يعمل على تنشيط** الدورة الدموية وتقليل الإلتهابات والقضاء على الجذور الحرة الضارة وتخفيف نوبات السعال لإحتوائه على مركب الدياليل والترايسلفايد والجاريسيلين والإس إليليسيتين ولهم دورمهم فى قتل الفيروسات والبكتريا**...٦.النعناع.الينسون والزعتر والحبة السوداء.لهم** دور فى تخفيف السعال وتقليل الإلتهابات والجذور الحرة ولهم دور مفيد فى القضاء على البكتريا وذلك لإحتوائهم على الفيتامينات ومضادات الأكسدة **...٧.البصل والكراث والجرجير والليمون والكرنب والتين ولهم دور فى تخفيف السعال ورفع كفاءة الجهاز المناعى** وتقليل الجذور الحرة الشاردة الضارة وذلك لإحتوائهم على الفيتامينات والأملاح المعدنية ومضادات الأكسدة**...٨.عصير البرتقال وعصير**

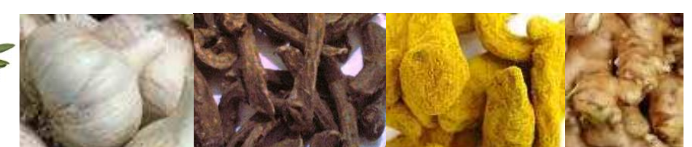
الليمون وعصير الجوافة وعصير الجزر بالعسل.لإحتوائهم على الفيتامينات والأملاح المعدنية ولهم دور فى تنشيط الدورة الدموية وتقليل الإلتهابات ورفع مناعة الجسم

٩.الكركم والزعتر والقرنقل.مضاد حيوى وفيروسى قوى

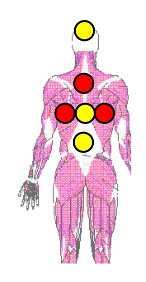
جـ.ممنوع.السكروالحلويات والمواد الحافظة

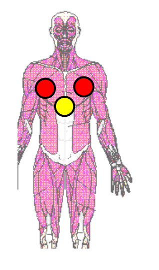


والمعلبات.التدخين









٩...إلتهاب الحنجرة..القسط الهندى+الحبهان والنعناع والزنجبيل والكركم+الزعتر

إلتهاب بأنسجة الحنجرة والأحبال الصوتية مما يسبب جفاف الحلق وخشونة الصوت ويأتى نتيجة للإصابة بالفيروسات والبكترياوضعف الجهاز المناعى وقد يكون حاد وشديد وقد يكون مزمن وإلتهاب الحنجرة تأتى أيضاً بسبب الطقس السيئ والهواء الجاف ونزلات البرد والحساسية والأدخنة والمواد الكيميائية وحبوب اللقاح والتدخين والصياح والصراخ الشديد.ومن أعراضه.إحتقان الحلق وإرتفاع درجة الحرارة وصعوبة البلع وصعوبة التنفس وبحة الصوت والكحة مع الإفرازات والتعب وعدم الإرتياح وألم مع الكلام والبلع...وقديكون السبب نفسي

العلاج...أ.الحجامة...على الحنجرة فى الرقبة من الأمام والخلف.ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية

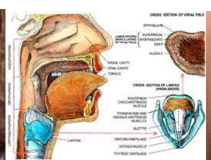
والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلـى...وعلـى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط الـدورة الدمويـة وتقليل الإحتقان والإلتهابات وتنشيط كرات الدم البيضـاء التـى لـها دوركبير فـى القضـاء علـى الفيروسـات والبكتريا وتعمـل الحجامـة علـى رفـع جهـاز المناعـة وبالتالى تزداد مقاومة الجسم للفيروسات والبكتريا وتقل الإلتهابات.

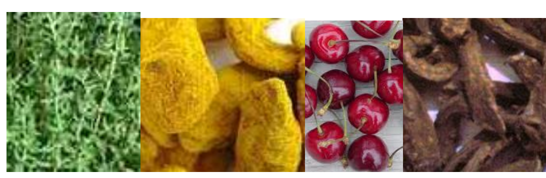
الـغـذاء والأعـشـاب...١...القسط الهنـدى.يقضـى علـى الفيروسات والبكتريا والفطريـات والإلتهابـات وينشـط الـدورة الدمويـة والمناعـة ويقضـى علـى إلتهابـات الحنجرة شرابا مغليا أومنقوعا لإحتوائة على مادة الـهلينين وحمض البنزويـــك

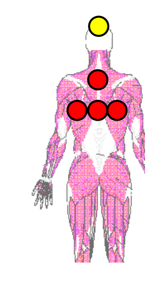
٢...الحبهان والنعناع والزنجبيل لهم دور فى تقليل إلتهابـات الحنجرة ورفع قوة جهـاز المناعـة لإحتـوائهم علـى مـادة السـينيول...٣.البصـل والثـوم مفيـدان ٤...الإخنسيا (الردبكيـة).لـها القدرة علـى تحفيز ورفـع جهـاز المناعـة والقضـاء علـى الفيروسـات والبكتريـا والإلتهابـات...٥.الكرنـب والكريزوعصـير الأنانـاس بالعسل لـهم دور قـوى فـى القضـاء علـى الفيروسـات والبكتريا وتقليل الإلتهابـات وذلـك لإحتـوائهم علـى مضـادات الأكسـدة والفيتامينـات والمعـادن...٦.الزعـتـر.لـه خصائص قاتلة للبكتريا والفيروسات وهو يقضـى علـى إلتهابات الحنجرة لإحتوائـه علـى مادة الثيمول.5...الكركم وعرق السوس.همامفيدان

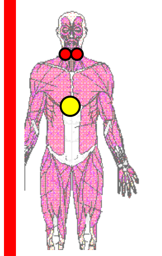
لدغ النحل على الرقبة من الأمام











١٠ ...البواسير.علاجها الكى والربط.مشروب ورق الزيتون..زيت الزيتون مع دهن الجمل

هى تورم بالأوعية الدموية داخل فتحة الشرج وحولها وتتمدد هذ الأوعية تحت الضغط مثل دوالى الساقين وقد يصاحبها نزيف وإحساس بعدم الراحة ومن أسبابها الوراثة نتيجة ضعف الأوعية الدموية والإمساك المزمن وعدم وجود صمامات بالأوعية الدموية فى منطقة الشرج أو تلف هذه الصمامات والحمل والأورام وزيادة الضغط الدموى داخل الأوعية الدموية وتليف الكبد والجلوس أو الوقوف لفترات طويلة والسعال الحاد المزمن وحمل الأشياء الثقيلة بإستمرار وتسبب أعراضاً مثل ظهور دم مع البراز ويكون لونه أحمر والحكة والتورم والأنيميا والتقرحات ونزوال البواسير من فتحة الشرج.

العلاج...أ.الكى.يتم رش المخدر الموضعى ثم حقن البواسيربالبنج.ويتم إزالتها بالكى.نتائجها ممتازة بدون ألم وبدون مضاعفات

ب...الحجامة...أسفل العمودالفقرى ويمينها ويسارها.ويمكن أن تزيدعلى الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن

الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.وتعمل الحجامة على سحب الركود الدموى بالأوعية الدموية وتخفيف الإحتقان الدموى وتقليل التجلطات الدموية و على تنشيط الدورة الدموية وجهاز المناعة وتوصيل الدم إلى جدران الأوعية الدموية وتغذيتها وتقوية جدرانها وتقوية الصمامات الضعيفة وتقوية الجدار المبطن لفتحة الشرج وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

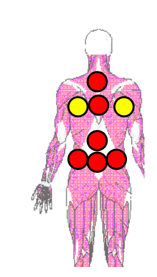
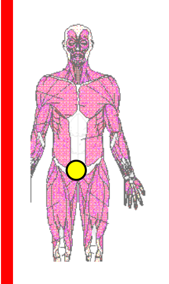
ب...الغذاء والأعشاب.١...مشروب ورق الزيتون لمنع الإمساك مفيد للغاية فهو يمنع الإمساك بدون فقدان للماء من الجسم ويحافظ على وظائف الخلايا وهو علاج ربانى طبيعى لم أجد مثلة.مفيد للكبد وفيروسات الكبد ودهون الكبد.والكلى والقصور الوظائفى للكلى وإرتفاع الكرياتينين والبولينا.والضغط والسكر والأوعية الدموية فهو يزيل الدهون والكوليستيرول ويعيد مرونة الأوعية ويقلل إنسداد الأوعية الدموية وخاصة الشرايين التاجية للقلب لأنة يحتوى على الأولوروبين والفينول واللينوليك...٢.الموزمصدرمفيد للألياف ويعمل الموز على تقليل الإلتهابات لإحتوائه على الفيتامينات والأملاح المعدنية...**٣.التين.مصدر** مفيد للألياف وعلاج الإمساك وتقليل الإلتهابات وتقوية جدران الأوعية الدموية للبواسير لإحتوائه على الأملاح المعدنية والفيتامينات**...٤.عشب لسان** الحمل.يعمل على تقوية الأوعية الدموية ويقلل الإلتهابات ويساعد في شفاء الأوردة الضعيفة وذلك لإحتوائه على مادة الألنتوين**...٥.بذور قطونا.يقلل** الإلتهابات ويقوي جدران الأوعية الدموية.وله دور مفيد في علاج الأوردة الضعيفة**...٦.زيت زيتون.زيت أحادي مشبع وله دور**

مفيد في منع حدوث الإمساك وتقليل الإلتهابات والقضاء على الجذور الحرة وذلك لإحتوائه على مضادات الأكسدة و مادة الأولوروبين...٧.البليلة بالعسل الأسود.لهما دور مفيد في تقوية جدران الأوعية الدموية الضعيفة ومنع حدوث النزيف الشرجي وذلك لإحتوائهم على الفيتامينات وفيتامين K الذي يقلل النزيف الدموي والأملاح المعدنية ومضادات الأكسدة...٨.ممارسة الرياضة مفيدة لجميع الأمراض...٩.اللبن الرايب مفيد لخلاياالجسم

جـ.الـدهـانــات...١.تسخين زيت الزيتون مع دهن الجمل حتى يختلطا ثم دهان البواسير يوميا حتى الشفاء ...٢..رأس ثوم مطهي على النار فى إناء ثم نضيف ٥٠جرام زيت زيتون ثم نزيلة من م النار..دهان ٣مرات يوميا...٢.دهان بالصبار.السائل اللزج الزلالى الموجود داخل الصبار.يحتوى على مواد قابضة تقوى جدران الأوعية الدموية وتقلل الإلتهاب والنزيف..

د.ممنوع...السكر والحلويات المصنوعة منه.والمعلبات.والمواد الحافظة.المأكولات المسببة للإمساك..كانت النتائج ممتازة بفضل الله تعالى



١١.نزلات البرد والإنفلونزا.البصل والثوم والزعتروالكركم والقسط الهندى من أقوى المضادات الحيويه

عدوى فيروسية تصيب الجهاز التنفسى العلوى وتعمل الفيروسات على ضعف جهاز المناعة وبذلك تتكاثرالبكتيريا وتسبب الإلتهابات وتشمل الأعراض.السخونة والإرتعاش وألآم العضلات والصداع والتعب والإفرازات الأنفية والسعال والعرق الساخن والبارد وتهاجم الفيروسات عندما تكون مناعة الجسم ضعيفة وذلك عندما يكون الإنسان تحت ضغط نفسى أوعصبى وقلة النوم والتوتروالتغذية السيئة والتدخين والمواد الحافظة والمعلبات.

العلاج....أ.الحجامة..على الرئتين من الأمام بين عظمة الترقوة وحلمة

الصدر من الناحيتين...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من

الأمام.وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية ورفع كفاءة الجهاز المناعى وتخليص الجسم من الفيروسات والجذور الحرة الضارة وكرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم ومنتهيه العمروتعمل الحجامة على تدفق الدورة الدموية إلى الجهاز التنفسى العلوى وأماكن الفيروسات فيساعد على الشفاء.وتقلل الحجامةالإلتهابات والألم .

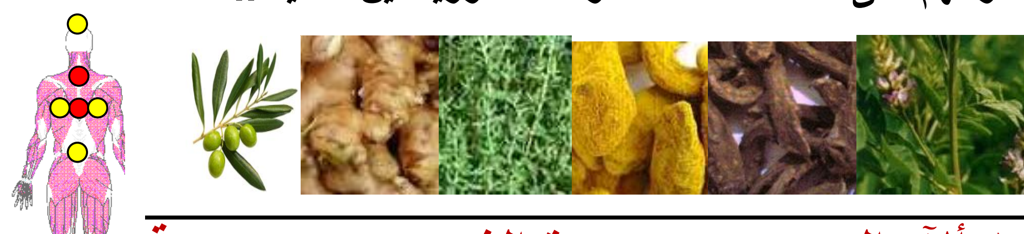
أ.الغذاء والأعشاب...١.القسط الهندى والبحرى فية سبعة أشفية ويقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات ويشفى أمراض الجهازالتنفسى وأمراض الجنب

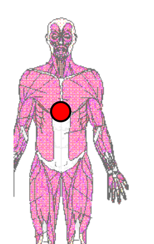
٢...الأناناس والبروكلى والفراولة والبرتقال والكيوى والجريب فروت والجوافة والليمون والرمان والفلفل الأحمر البارد ولهم دور فى تقوية جهاز المناعة والقضاء على الفيروسات لإحتوائهم على فيتامين c ومضادات الأكسد ةالمفيدة

٢.الكركم وهومضادحيوى قوى يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات ويقلل الإلتهابات ويفيد الكبد والمناعه...٤.ورق الزيتون والزعتر يفيدان المناعة

٥...الثوم.فص أو إثنين صباحاً ومساءاً يتم تقطيعه إلى ثلاث قطع ويتم بلعه.فهو قاتل للفيروسات والبكتريا ويعمل على تقوية جهاز المناعة والقضاء على الجذور الحرة الضارة ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وذلك لإحتوائه على مركب الجاريسيلين.الإس إيلسيتين والديالیل ترايسلفايد...**٦.النعناع.مضاد فيروس** قوى ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وتقوية جهاز المناعة...**٧.الاخنسيا** (الردبكية) من أقوى الأعشاب التى تعمل على تنشيط وتغذية جهاز المناعة والدورة الدموية وتقضى على الفيروسات وتقلل الإلتهابات وذلك لأنها تزيد من إفراز مادة البروبردين التى تنشط جهاز المناعة...**٨.الزنجبيل.له دور مفيد فى** القضاء على الفيروسات والبكتريا وتقليل الإلتهابات والقضاء على الجذور الحرة الضارة ورفع كفاءة المناعة لإحتوائه على مركب الشاواجول المفيد...**٩.الينسون.له دور مفيد فى القضاء على الفيروسات وتقوية جهاز** المناعة وتنشيط الدورة الدموية وتقليل الإلتهابات وذلك لإحتوائه على الزيوت

العطرية المفيدة ومركب الكريوسول والألفابينين...١٠.عرق السوس العشبى يقلل منه ذوى الضغط المرتفع.له تأثير مفيد ويقلل الإلتهابات...١١.الشاى الأخضرلإحتوئة البوليفينولات وهوجالات الإيبيجالوكانشين...٩.البصل والتفاح. يقويان جهاز المناعة ويقضيان على الجذور الحرة الضارة بالجسم وذلك لإحتوائهم على مضادات الأكسدة ومادة الكوريستين المفيدة..





١٢.ألآم الدورة الشهرية للنساء..كاموميل+مرمرية+بردقوش+قرفة+ورق الزيتون

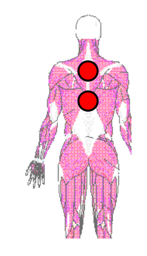
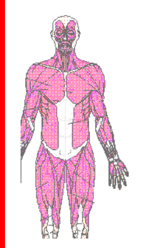
أعراض تصيب الفتيات والنساء قبل بداية الحيض مثل الشعور بالإكتئاب والخوف والإنفعال والتقلبات النفسية والجنسية وتورم أطراف الأصابع وظهور حبوب بالوجه وآلام الظهر ورخاوة الثدي وزيادة الشهية للطعام وإحتباس الماء والصداع والأرق والتقلصات والإنتفاخ ويرجع ذلك إلى الإختلال الهرمونى لهرمون الإستروجين والبروجستيرون حيث يزيد هرمون الإستروجين ويقل هرمون البروجستيرون ويقل السيروتونين وزيادة إفراز البروستاجلاندين والليوكوتريين وأكثر الأعراض أهمية هوالإكتئاب.

العلاج...أ.الحجامة... على أماكن الألم...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى

الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وضبط معدل إفراز الهرمونات الأنثوية مثل هرمون الأستروجين وهرمون البروجستيرون إلى المعدلات الطبيعيه.وتعمل الحجامة على تحسين الحالة النفسية والمزاجية للفتيات والنساء وذلك لأنها تعمل على ضبط معدل السيروتونين.وتعمل الحجامة على تخفيف الألآم وتقليل الإلتهابات وتخرج المواد المسببه للأمراض والوفيات من الجسم وهو إعجاز رباني

ب...الغذاء والأعشاب...١.البروكلى والزبادى والكرنب والبرتقال والبقدونس.لهم دور فى تخفيف الأعراض التى تأتى قبل الحيض وتخفيف الإلتهابات والألم والإكتئاب وذلك لإحتوائهم على الفيتامينات والكالسيوم والأملاح المعدنية...**٢.توت العفة.له تأثير على الغدة النخامية فهو يزيد من إفراز هرمون** البروجستيرون الذى له دور كبير على تخفيف هذه الأعراض...**٣.الأناناس.له** دور كبير على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وتقليل الألم والإلتهابات وذلك لإحتوائه على إنزيم البروملين...**٤.الموز والأفوكاتو والخميرة والبيض وفول** الصويا والبليلة والسودانى والطيورالمنزلية لهم دور مفيد فى تقليل الإلتهابات والألم وذلك لإحتوائهم على فيتامين ب والمعادن وعلى مركب الجينيشتين المفيد...**٥.الجزر الأصفروعصير الجزر الأصفروالقرع العسلى وعصير القرع** العسلى والبطاطا والكنتالوب لهم دورمفيد فى تقليل الإلتهابات والألم وذلك لإحتوائهم على البيتاكاروتين التى تتحول إلى فيتامين أ.المفيد لهذه الأعراض....**٦.الترنجان.مشروب مفيد ويعمل على تقليل الإلتهابات** والألم...**٧.الكاموميل.(البابونج)مفيد جدآ فى تقليل الألتهابات والألم وتخفيف** أعراض ما قبل الحيض.وله دور كبيرفى تنشيط الدورة الدموية والمناعة وضبط معدل الهرمونات الأنثوية وذلك لإحتوائة على مركب السيبيروزوالذى له

دوركبيرفى تقليل التوتر والقلق والتقلصات العضلية التى تحدث قبل أيام الدورة الشهرية(الحيض)...٨.المرمرية مع البردقوش مهدئ ويفيدان لتقليل الألم كثيرا وضبط الهرمونات...٩.ورق الزيتون والقرفة يقللان ألم الحيض شرابا منقوعا

١٣...حب الشباب..زيت زيتون+زيت اليقطين+البروبليز+العسل

يأتى نتيجة زيادة إفرازهرمون التستوستيرون الذى يحفذإنتاج كميات كبيرة من الإفرازات الدهنية ويحفزهذا الهرمون الخلايا المبطنة للشعرمما يؤدى إلى انتاج المزيد من الكيراتين فتعمل على إنسداد مسام الجلد ويعمل الداى هيدروتستوستيرون وهو أحد نواتج هرمون التستوستيرون على زيادة سمك الجلد وصلابة الأنسجة التى تقع تحت الجلد.وهناك أسباب تساهم فى الإصابة بحب الشباب وذلك مثل النشاط الزائد للغدد الدهنية والوراثة وقلة النوم والضغوط النفسية والأغذية المحفوظة المعلبة والسكر والحلويات المصنوعة من السكر والصابون وقد يصاحب حب الشباب رؤوس سوداء أوبيضاء تسد مسام الجلد.ويتم علاجة بالأدوية عن طريق أخذ المضادات الحيوية وفيتامين.أ.وعقارالأيزوتريتينوين لفترات طويلة وهذا ضار جدا على الجهاز الهضمى والكبد والحمل وأعضاء الجسم الأخرى

العلاج..أ.الحجامة. على الحبوب نفسها ويتم وضع كأس الحجامة لمدة ثلاث دقائق على الوجه ويتم نزع كأس الحجامة ويتم الوخز بالإبرة

وخزآخفيفآ ويتم وضع كأس الحجامة بعد الوخز بالإبرة٣ دقائق أخرى وينظف كأس الحجامة ويتم وضعة ثلاث دقائق مرة أخرى ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام ..وأمام منتصف الصدر من الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر..ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدر من الخلف لأعلى..وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهر من الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام

ب...الغذاء والأعشاب...١.عصير الأناناس الطبيعى مع الليمون أوأحدهما بالعسل لإحتوائهماعلى فيتامين سى والسترال والفلافون الذى يساعد على صنع الكولاجين الهام فى بناء وحيوية الخلايا ويحتوى أيضا على مضادات الأكسدة التى تساعد فى القضاء على الجذور الحرة الشاردة الضارة بخلايا الجسم السليمة...٢.النعناع مع القرنفل.مشروب مرتين يومياوغسول للوجة.ولهم دورمفيد فى العلاج لإحتوائهم على مواد مطهرة ومواد قاتلة للفيروسات وقاتلة للبكتريا...٣.ألأسماك لإحتوائها على الاوميجا3 المضادة للأكسدة التى تقوى المناعة وتقلل الجذور الحرة الضارة بالخلايا السليمة وتقلل الدهون والكوليستيرول...٤.الردبكية وتسمى الإخنسيا.مشروب مرة يوميا لأنها ترفع جهاز المناعة جدا ويتم شرابها شهرومنعهاشهر وذلك لأن شرابها لمدة شهور متتالية يضعف ويقلل جهاز المناعه...٥.السيليمارين وهو فى عشب الكعيب ويسمى شوك اللبن وقد قمت بزراعته وله شوك شديد وثمار صغيرة بنية اللون مثل بذر الكتان ويوجد أيضا فى البلميط المنشارى وهو بلح أسود صغيرفى نخل الزينة.نصف ملعقة صغيرة من أحدهما مرة يوميا إذا أمكن الحصول عليها لأنه

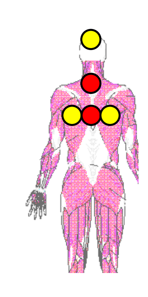
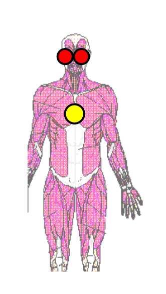
مفيد ويساعد الجسم على التخلص من الهرمونات الزائدة...٦.السلطة الخضراء وعليها قليل من زيت الزيتون...والخضروات والفاكهة مفيدة...٧.البليلة بالعسل الأسود مع نصف ملعقة خميرة جافة مفيدة جدالوجودالفيتامينات ومضادات الأكسدة والأحماض والإنزيمات والمعادن المفيدة...٨.الخميرة الجافة شرابا ودهانا...٩.القسط الهندى يقضى على الالتهابات ويضبط الهرمون شرابا ودهانا ١٠..البصل والثوم والزعتروالكركم والقسط الهندى والبروبليزمن أقوى المضادات الحيويه التى تعالج حب الشباب شرابا ودهانا

ج...الدهانات الموضعية لحب الشباب...١.تدليك الوجة بزيت اليقطين وزيت الزيتون وبروبليزالنحل والخميرة الجافة مع العسل...٢.ماسك للوجه مرة يوميا من (عسل نحل وزيت زيتون وزيت بقدونس وزيت شجرة الشاى والليمون مع ورق اليقطين أو زيتة وزيت القرنفل وزيت النعناع والقسط الهندى وشمع نحل فى حمام ماء دافئ)ويتم وضعه على الوجه لمدة ربع ساعة يوميا...٣.تدليك الوجه مرة يوميا لمدة ربع ساعة بقطعة من الخيارأوالسائل الهلامى اللزج الذى يوجد داخل الصبار...٤.تدليك الوجة بالماء المحتوى على الليمون والأناناس

الخلاصة...زيت زيتون+زيت القرع العسلى+عسل النحل+شمع النحل+بروبليزالنحل.يسخن فى حمام ماءساخن.

د.ممنوع...المعلبات لإحتوائها على المواد الحافظة التى تضربخلايا الجسم.السكروالحلويات المصنوعة منه.الدهون.كانت النتائج ممتازة بفضل الله



١٤...التهاب الجيوب الأنفية.القسط والكاموميل شرابا وتنقيطا..مضع شمع النحل

إلتهاب أوعدوى تصيب الجيوب الأنفية.والجيوب الأنفية هى المساحات المفتوحة الموجودة فى عظام الوجة.حيث تتورم ويحدث إلتهاب بالغشاء المخاطى المبطن لعظام الجيوب الأنفية يؤدى إلى تراكم الإفرازات والمخاط والسوائل التى تتغذى عليها البكتيريا مما يسبب العدوى.ويرجع ذلك ايضا إلى نقص المناعة والتلوث البيئى والإزدحام الشديد.والزوائد الأنفية وإعوجاج الحاجز الأنفى ومرض السكر والتدخين والمواد الكيميائية وأمراض الأسنان.وتشمل الأعراض أثناء الإلتهابات.الحمى .والإرتعاش .والصداع فى الشق الأمامى من الرأس وإحتقان بالأنف وإفرازات سميكة والألم والأحمرار والتورم وربما نزيف الأنف والتهابات الحلق ورائحة النفس الكريهة وإنسداد الأنف وضعف فى حاسة الشم والتذوق وإفرازات مخاطية وصديدية بالأنف

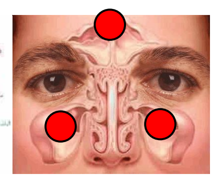
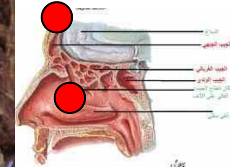
العلاج...أ.الحجامة.. تكون على جانبى الأنف وفوق الأنف منتصف الجبهه...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف

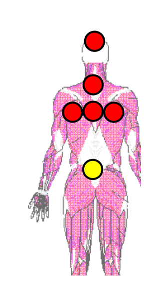
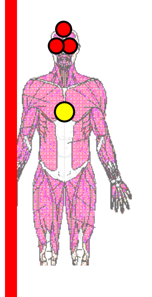
الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية بمنطقة الجيوب الأنفية مما يقلل الألتهابات والتورم والإحتقان وتعمل على جذب الدم المتراكم المسبب للإحتقان ويزداد تدفق كرات الدم البيضاء والحمراء مما يؤدى إلى القضاء على البكتيريا المتراكمة ويتم إفرازالمورفين والكورتيزون والإنكفالين والإندورفين ومادة أكسيد النيتريك التى لها دورهام فى تقليل الإلتهابات وترفع الحجامة مناعة الجسم وتزداد مقاومة الجسم للبكتيرياوالفيروسات ويقل المخاط والصديد والضغط على الجيوب الأنفية

ب...الغذاء والأعشاب...١.القسط الهندى ألبحرى+ البابوج.ملعقة صغيرة من كل واحد ويضاف عليها كوب ماء صغيرويتم نقعة ساعة أوأكثرويصفى بشاش ويوضع فى قطارة ويقطر بة فى الأ نف ٥ مرات يوميا.والقسط نوعان منه الهندى وهو شديد المرارة وهو مفيد ومنه البحرى وهو جيدالطعم وهوأيضا مفيد.يحتوى القسط على مركبات كثيرة مفيدة مثت حمض البنزويك ومادة الهلينين القاتلة للفيروسات والبكتريا والفطريات.وهو مطهر قوى ويقضى على التهابات الجيوب الأنفية.ويقوى المناعة والدورة الدموية**...٢.فص ثوم.يقطع إلى** ثلاث قطع صباحا ومساءا لانه يعمل كمضاد حيوى قوى لإحتوائه على مادة الدياليل ترايسالفيد والجارسلين والإس اليليستين والأليين والأليناز والفيتامينات ومضادات الأكسدة**...٣.البصل:لاحتوائه على الكوريسيتين فهو يعمل كمضاد حيوى** وقاتل للبكتيريا ومطهرللجيوب الأنفية ومقوى للمناعة**...٣.عصيرالأناناس الطبيعى** بالعسل.لإحتوائه على البروملين الذى له خصائص هامة فى التهابات الجيوب

الأنفية وتقليل الألتهاباب...٤.بروبليز النحل.له خصائص تعمل على تقليل إلتهابات الجيوب الأنفية ومضاد بكتيرى وفيروسى قوى.ويقوى المناعة والدورة الدموية...٥.النعناع.مشروب وغسول يومى للأنف.وهو يعمل على تقليل الإلتهابات وقاتل للبكتيريا والفيروسات ومطهرقوى لإحتوائه على المنثول...٦.القرنفل.لإحتوائه على مادة اليوجيتول التى تقلل إلتهابات الجيوب الأنفية وتقلل الإفرازات الصديدية وتقلل البكتيريا...٧.القرفة.مشروب جيد ومفيد ويقلل إلتهابات الجيوب الأنفية ويقاوم البكتيرياالإحتوائه على مادة السينامالدهيد...٨.الكافور.غسول للأنف ومشروب ومضاد حيوى قوى وله تأثيرعلى قتل البكتيريا وتقليل إلتهابات الجيوب الأنفية.النتائج ممتازة

9...شمع النحل. مضغ شمع النحل يوميا.يقلل إلتهابات الجيوب الأنفية والإفرازات

١٥ ...إلتهاب وتضخم البروستاتا.بلح نخل الزينة +بذر الكتان+اليقطين+عرق السوس

البروستاتا عبارة عن غدة صغيرة تحيط بمجرى البول وهى فى الرجال وليست فى النساء وهى المسئولة عن إفراز السائل المنوى.ويحدث التهاب البروستاتا غالبا فى صغار وكبار السن

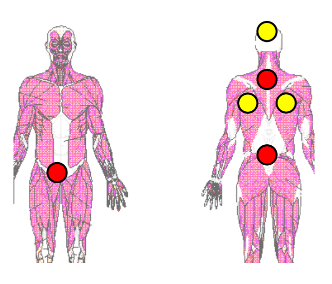
الأعراض.الشعور بالألم وإحساس بالرغبة فى التبول وصعوبة التبول وجود صديد بالبول وألم أثناء الإنتصاب وألم أثناء الضغط عليها وقد يصل الألم إلى الظهر والشرج والفخذين.وعند حدوث التضخم يحدث ضغط على فتحة مجرى البول.والتضخم يحدث غالبا فى كبار السن.ومع تضخم البروستاتا يكون الشعور بكثرة التبول خاصة بالليل وصعوبة التبول كثرة.وتزداد أعراض تضخم البروستاتا مع التعرض للبرودة وقلة الحركة وتناول الكحوليات وقديكون البول مصحوبا بالدم وقد يسبب المرض إضطرابات فى الكلى وعدوى بالمثانة وقد يكون السبب فى التضخم بعض التغيرات الهرمونية لتقدم العمر ولكن إلتهابات البروستاتا تنشأ عن وجود عدوى بكتيرية ويقال أن السبب فى التضخم هو تحول

هرمون التيستيستيرون إلى داى هيدرو تيستيستيرون.وحجم غدة البروستات عند الشخص الطبيعي 3 سم طولاً و٤ سم عرضاً ووزنها حوالي ٢٥ج

العـلاج...أ.الحجامـة.علـى العانـة مـن الأمـام وأسـفل العمـود الفقرى مـن الخلف.. ويمكن أن تزيد عـلى الكـاهـلC7الفقرة السـابعة العنقيـة وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وزيادة عدد كرات الدم البيضاء فى الجسم ومنطقة البروستاتا.وتعمل على تقليل الميكروبات وتقليل الإلتهابات.ويزداد إفرازالمورفين والكورتيزون والإنكفالين والإندورفين ومادة أكسيد النيتريك NOأثناء الحجامة التى تعمل على زيادة تدفق الدم للبروستاتا فتقوى المناعة وتقلل الإلتهابات والبكترياوتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

ب.الـغـذاء والأعشـاب...١.بذورالقرع العسلى وعصير القرع العسلى بالعسل وزيت القرع العسلى.تعمل بذور القرع العسلى وعصير القرع بالعسل وزيته على منع تحويل هرمون التيستيستيرون الى داى هيدروتيستيستيرون وذلك لإحتوائهم على مركبات الكوكوربيتاكينات والزنك والأحماض الأمينية مثل حمض الألانين وحمض الجليسين وحمض الجلوتاميك وبالتالى لهم تأثير قوى فى تقليل تضخم البروستاتا والإلتهابات...**٢.عرق السوس مشروب مرة يوميا لغيرذوى** الضغط العالى يحتوى على الجلسريزين والكاربونوكسولون ومشابهات الكورتيزون وغيره من المواد التى تعمل على منع تحويل هرمون التيستيستيرون

إلى داى هيدروتيستيستيرون وبذلك يعمل على تقليل تضخم البروستاتا وتقليل الالتهابات...٣.البلميط المنشارى.وهو بلح نخل الزينة.بلح أسود صغيروهويعمل على تدفق البول من المثانة إلى الخارج ويمنع تضخم البروستاتا ويقلل الإلتهابات وله القدرة على تقوية عنق المثانة ومنع تضخم البروستاتا مما يسمح بمرور البول بسهولة لأنه يعمل على تنظيم عمل الهرمونات ويمنع وصول الداى هيدروتيستيستيرون إلى أنسجة خلايا البروستاتا...٤.الشاى الأخضر.يقلل الجذور الحرة الضارة فى الجسم ويقوى الدورة الدموية والمناعة ويقلل الإلتهابات لإحتوائه على مادة الكاتشينات ومادة الكوريستين التى لها دورهام فى تقليل التضخم وتقليل الالتهابات فى البروستاتات...٥.الأسماك.لإحتوائها على مضادات الأكسدة والأوميجا٣ التى تقلل الدهون وتقلل الجذور الحرة وتقوى المناعة وتقلل الإلتهابات...٦.البصل.لإحتوائه على مادة الكوريستين..٧.عصير الأناناس بالعسل.لإحتوائه على إنزيم البروميلان الذى له دوركمضاد للأكسدة ويقلل الالتهابات ويقلل الجذور الحرة الضارة بالجسم ويفيد البروستاتا...٨.بذرالكتان مفيد للبروستاتا..يتم مضع ملعقة منة ٣مرات يوميا..٩...زيت بذر الكتان.دهان فى منطقة العانة فهو يقلل الإلتهابات...٩.زيت الزيتون.إجعله فى طعامك وعلى السلطة الخضراء.يقلل الجذورالحرة الضارة والدهون والكوليستيرول ومضاد للأكسدة...١٠..ورق الزيتون يقلل التهابات البروستاتا





١٦ ...الزئبة الحمراء.حقن ٥سم دم بالعضل..الحجامة والنحل والكى..ورق الزيتون والقسط

أحدأمراض إختلال المناعة التى تؤثرعلى أعضاء الجسم المختلفة وهو إلتهاب مزمن يصيب الأنسجة الضامة وهو يأتى نتيجة مهاجمة كرات الدم البيضاء لأعضاء الجسم وذلك لإختلال مناعة الجسم حيث يقوم جهاز المناعة بإنتاج الأجسام المضادة التى بدلا من أن تحمى الجسم وجميع أعضائه من الميكروبات والفيروسات والكائنات الدقيقة الأخرى التى يمكن أن تهاجم الجسم.ويحدث فى هذا المرض أن تلك الأجسام المضادة تهاجم الحمض النووى لخلاياجسم الإنسان نفسه وتزداد شدة المرض عندما تشترك خلايا تى وهى أحد عناصر جهاز المناعة مع الأجسام المضادة فى مهاجمة الجسم نفسه ونظرا لأن الحمض النووى يوجد بشكل طبيعى داخل الخلايا فإن الأجسام المضادة وخلايا تى المساعدة يزداد نشاطهم عندما تتعرض خلايا الجسم للتلف ويخرج الحمض النووى منها ويظهر هذا المرض فى صورة طفح جلدى أحمرويكون شكل الفراشة على الأنف والخدين فى الوجة ويشبة إلى حد ما الذئب ولذا تسمى الذئبة الحمراء.وهناك أنواع اخرى

تصيب الجلد فقط.وهذا المرض يصيب النساء الصغيرات اكثرمن الرجال.وهناك أسباب تساعد فى ظهورالمرض مثل العدوى الفيروس والضغوط النفسية والإختلالات الهرمونية والتفاعلات الدوائية الحادة وإختلال جهازالمناعة لأسباب وراثية أومرضية أوغذائية مثل أكل السكر والحلويات المصنوعة منه.واللحوم الحمراءوالدهون والمعلبات ويؤدى هذا المرض إلى ظهور أعراض كثيرة مثل.أفات الجلد الحرشفية والغثيان والقىء والإسهال والإمساك والصداع والإجهاد وفقدان الوزن وتقرحات الفم وطفح جلدى لونه أحمروالحساسية الشديدة للشمس والإضطرابات النفسية والعصبية والإكتئاب وإرتفاع درجة الحرارة وتورم المفاصل وإرتفاع درجة الحرارة.وقد يزداد هذا المرض فيسبب تلف فى أنسجة خلايا المخ والرئتين والقلب والطحال والكلى.وفى هذا المرض تزداد الجذور الحرة الضارة بالخلايا السليمة بأنسجة الجسم.وتزداد نسبة البروستاجلاندين والليوكوتريين ويذداد الألم..وقد يتورم الجسم ويذداد بدون سبب واضح في بعض الحالات

التشخيص...وجود أربعة أوأكثر من هذه الخصائص المميزة يشخص هذا المرض...١.طفح جلدى فى الوجة وعلى الخدين والأنف على شكل الفراشة...٢.طفح جلدى على شكل القرص وتكون هذة البقع مرتفعة الحواف...٣.حساسية شديدة لضوء الشمس بحيث تظهربقع جلدية عند التعرض لضوءالشمس...٤.ظهور قرح بالفم وتكون غير مؤلمة فى البداية...٥.إلتهاب إثنين أوأكثرمن المفاصل...٦.إلتهاب فى الأغشية المخاطية مثل التهاب الغشاء الرئوى...٧.وجود بروتين فى البول أكثر من نصف جم...٨.مشاكل واضطرابات عصبية...٩.إضطراب فى مكونات الدم مثل نقص كرات الدم البيضاء والصفائح الدموية...١٠.إضطرابات فى جهاز المناعة...١١.ويظهربالتحاليل(+ve ANA)

العلاج...أ.يتم سحب ١٠سم دم من المريض وحقنها بالعضل لنفس المريض

ب...**الكى**..على أماكن الألم وهو مفيد ويقضى على الإلتهابات ويزيد الغذاء والأكسجين للخلايا وفية شفاء عجيب

ج...الحجامة. وتكون على أماكن الألم...ويمكن أن تزيد على الكـاهلC7الفقرة السـابعة العنقيـة وهـى الفقـرة الكبيـرة أسـفل الرقبـة مـن الخلـف تظهرعنـد إنحنـاء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلـى وهـى علـى العمـود الفقـرى مـابين أسـفل عظمتـى اللـوح مـن جهـة الظهـر...ويمينهـا ويسـارها علـى مســافه ٥سـم أمـام حلمتـى الصـدرمن الخلـف لأعلـى...وأسـفل الظهرعلــى الفقــرات الرابعــة والخامســة القطنيــة والأولــى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتـى الحوض...وعلى اليافوخ بـالرأس وهو منتصف الرأس من أعلـى...وعلـى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدمويـة وتنشيط الغشـاء السينوفى وتقليل الجذور الحرة الضـارة بالخلايـا السليمة بالجسم.وتعمل الحجامة على تقليل الإلتهابـات وتقليل البروستاجلاندين والليوكوترييين وهماسبب وجود الألم بالجسم.وتقليل الأجسام المضادة التى تهاجم الجسم وذلك لأنها تعمل على ضبط جهاز المناعة مما يقلل من مهاجمة جهاز المناعة لخلايا الجسم.وتعمل الحجامــة علــى إفرازالمــورفين والكــورتيزون والإنكفــالين والإنــدورفين وأكســيد النيتريـك NO الـدى لـة دوركبيـر فـى توسيع الشـرايين وزيـادة تـدفق الـدم لخـلاي الجسم .وأثناء الحجامة تصل الإشارات عبر الخلايا العصبية إلـى المخ فيقوم المخ بإفراز الإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون ولهما دور كبير فى تسكين الألم وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه.تكرر الجحامة كل شهر حتى الشفاء

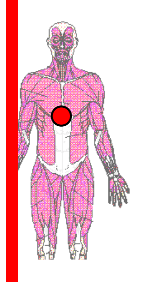
د.لدغ النحل...نبدأ بلدغة واحدة ثم نزيد العدد تدريجيا ويكون اللدغ على أمـاكن الألم ويكون اللدغ مرة كل ثلاثـة أيـام.تعمل المـواد الموجودة فى لـدغ النحل على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وزيادة إفراز الجسم لهرمون الكورتيزون الطبيعى الذى لـه دور كبير فـى تقليل الإلتهابـات وتسكين الألـم.ويحتـوى لـدغ النحل علـى إنزيمات ومـواد فعالـة قويـة تعمل علـى ضبط جهز المناعة وتقليل الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم...

ها...الغذاء والأعشاب...١.مشروب ورق الزيتون والقسط الهندى والبحرى ٢...الأسماك تقلل الالتهابات لأنها تقلل البروستاجلاندين والليكوترايين وتقل الجذور الحرة الشاردة التى تضر بخلايا الجسم السليمة وتعمل الحجامة على تقويم وضبط جهاز المناعة وذلك لاحتوائها على الاوميجا ٣ ومضادات الاكسدة وحمض الدوكوهكسانويك**...٢.الثوم .يقلل الالتهابات ويقضى على الجذور الحرة الضارة** بخلايا الجسم السليمة وذلك لإحتوائه على مضادات الأكسدة ومركب الدياليل تراى سالفيد والجاريسيلين والإس إليليسيتين والأليين والألينـاز**...٣.البليلة والسبانخ** والمكسرات والذرة والبطاطا والقرع العسلى وجنين القمح لهم أهمية كبيرة فى القضاء على الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم السليمة وتقليل الالتهابات وذلك لاحتوائهم على فيتامين H ومضادات الأكسدة والسيلينيوم**...٤.زيت الزيتون.زيت** أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.ويقلل الالتهابات ويقلل التجلطات فى الأوعية الدموية ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية.ويقلل البروستاجلاندين والليوكوترايين والثرومبوكسين وذلك لإحتوائه على البولى فينول والأولوروبين ومضادات الأكسدة**...٥.البروكلى والبرتقال** وعصيرالجزرالأصفروعصير الليمون والفلفل الأحمر البارد وعصير الأناناس الطبيعى والفراولة الكيوى.لهم دور كبير فى تقليل الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم الضارة وضبط مناعة الجسم وذلك لإحتوائهم على فيتامين سى ومضادات الأكسدة والبيتاكاروتين**...٦.الشاى الأخضربديلا للشاى الأسود.يقلل الجذورالحرة** الشاردة الضارة بخلاياالجسم السليمة وذلك لإحتوائه على مركب الفينول الطبيعى المفيد للخلايا ومضادات الأكسدة**...٧.البابونج(الكاموميل)مشروب مفيد مرة واحدة** أواكثرفهو يقلل من الجذور الحرة ويوقف عمل هرمون الإنترلوكين الضار والمدمر لخلايا الجسم السليمة وذلك لإن البابونج يحتوى على مادة الإبيجينين المفيدة...٨.الأقحوان : يخفف الإلتهابات والألم**...٩.العرقسوس.ويقلل منه ذوى** الضغط المرتفع وهو يقلل الإلتهابات وذلك لإحتوائه على مواد مشابهة

للكورتيزون الطبيعى والجليسريزين...١٠.بذر الكتان وزيت بذر الكتان.يقلل الإلتهابات ويقلل من شدة المرض وذلك لإحتوائه على حمض الجاما لينولينيك...١١.القرنفل.مفيد لجهاز المناعة.يقلل من تلف الحمض النووى للخلايا...١٢.الحبه السوداء تقلل الإلتهابات وتنظم المناعه...١٣.الزنجبيل مفيد

ممنوع.اللحوم الحمراء والدهون والمعلبات والمواد الحافظة والسكر والحلويات المصنوعة منه والبقوليات واللحوم المحفوظة لإحتوائهم على الأمينات والهيدرازين ويسبب زيادةالمرض.والشاى الأسود والزيوت والتعرض للشمس





١٧.الميـــاة الزرقـــاء بـــالعين وأمـــراض العيون.ماءالكمأة+كحل الإثمد

إرتفاع ضغط العين لأكثرمن ٢١مم زئبق مما يؤدى إلى تلف الأنسجة وتلف العصب البصرى والألياف العصبية بالعين ويزداد الضغط داخل العين وذلك نتيجة تراكم السائل المائى الذى تفرزه العين فى الجزء الداخلى ويكون إفرازالسائل المائى للعين أكثر وأسرع من تصرفه بالشعيرات الدموية بالعين لذلك يزداد ضغط العين مسببا تدميرفى الشعيرات الدموية والألياف العصبية والعصب البصرى قد يرجع ذلك إلى.زيادة نسبة الكولاجين فى العين ومرض السكروالضغط المرتفع وقلة نشاط الغدة الدرقية والوراثة ونقص الدم الذى يصل إلى عصب العين وإلتهابات شبكة العين...والمياة الزرقاء نوعان...١.الحالة المزمنة وتسمى مفتوحة الزاوية ويكون إرتفاع ضغط العين فيها متوسط ويعانى المريض من.فقد القدرة على الرؤية الواضحة بالاشياء المحيطة وصعوبة تكييف النظر فى الظلام والصداع ورؤية هالات تحيط بالضوء...٢.والنوع الثانى وهو الحالة الحادة منغلقة الزاوية وهى الأكثر والأشد خطورة وتسبب ألما شديدا بالعين مع

تشويش فى الرؤية وتمدد فى بؤبؤالعين والغثيان والقيء...وضغط العين الطبيعى هومن(١٠ الى ٢١)مم زئبقى.

العلاج...أ.الحجامة..تكون أسفل وأعلى وجانب العين ويكون بالوغز بالإبر..

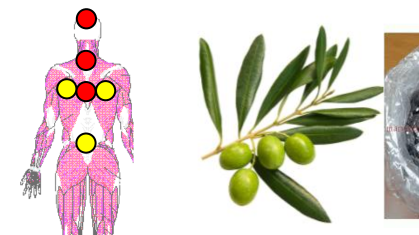
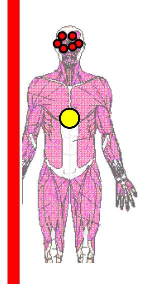
ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على إفرازالكورتيزون والمورفين والإنكفالين والإندورفين وأكسيد النيتريك من المخ التى لها دور كبير فى توسيع الأوعية الدموية وسهولة مرور السائل المائى المتراكم داخل العين عبرالقنوات والأوردة إلى خارج العين وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وتنظيم الضغط الأسموزى مما يعمل على تنظيم السائل داخل العين وبذلك يقل الضغط على العصب البصرى والألياف العصبية ويصبح ضغط العين أفضل ..

ب.الغذاء والأعشاب...١.ماء الكمأة.شفاء للعين ويكفى ذكرها فى صحيح الأحاديث.تقطر فى العين ٣ قطرات صباحا ومساءا...**٢.كحل الإثمد للعين صباحا** ومساءا...**٣.الفلفل البارد والبروكلى والكرنب والجوافة** واللفت والفراولة والاناناس والبرتقال والكيوى والجريب فروت فهم يقللوا ضغط العين وذلك لإحتوائهم على فيتامين سى...**٤.السبانخ والشوفان والبطاطس والزبادى والموز** والأسماك.فهم يقللوا ضغط العين ولهم دورفى تحسين نقل الإشارات العصبية لإحتوائهم على الماغنيسيوم...**٥.البطاطس.لها دور فعال فى تقليل ضغط العين** لإحتوائها على مركب الفورسكولين والمعادن والفيتامينات...**٦.البطاطا وعصير**

الجزر والكانتالوب والسبانخ ولهم دور فى تقليل ضغط لعين لإحتوائهم على البيتاكاروتين ومضادات الأكسدة والفيتامينات...٧.الأسماك.لإحتوائهم على الأوميجا ٣ ومضادات الأكسدة لذا فهى ايضا تفيد فى تقليل ضغط العين...٨.زيت الزيتون.زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.وله دور فى تقليل الكوليستيرول والدهون الثلاثية ويعمل على ضبط ضغط العين...٩.النعناع.مشروب مفيد.يقلل الجذورالحرة ويعمل على ضبط ضغط العين لإحتوائه مضادات الأكسدة.١٠...ورق الزيتون مشروب يومى.فوائدة عديدة وعلاجاتة كثيرة مباركة

د.ممنوع...عرق السوس.الشاى.القهوة.المياة الغازية.التدخين.المعلبات



١٨.الـصـدفـيـة..الحجامة..زيت زيتون وزيت اليقطين وزيت الحبة السوداءوالبروبليز

مرض جلدى.يتميزبوجودقشروإحمراربالجلدويكون المرض فى بقع قليلة من الجلد وقد يمتد إلى أن يأخذ جزءا كبيرمن الجلد ويأخذ المرفقين والركبتين والجذع.وفروة الرأس والقدمين ويزداد المرض على فترات ويتراجع على فترات أخرى وتتجدد خلايا الجلد بسرعة جدا تفوق المعدل الطبيعى بأكثر من ألف مرة وبذلك تظهر الخلايا الجديدة فوق بعضها البعض التخلص من الخلايا القديمة قبل أن تموت وبذلك تظهر طبقة القشرالمميزة للمرضى وفى هذا المرض وتزداد الالتهابات ويعود ذلك لأسباب وراثية والسموم التى تتراكم فى الجسم نتيجة المأكولات والمشروبات المعلبة والمواد الحافظة والهرمونات والسموم التى تصل الى الجلد عن طريق الجهاز الهضمى والضغوط النفسية والدهون وإختلال جهاز المناعة والتغيرات الهرمونية والاصابات بالبكتيريا،وفى هذا المرض يحدث إختلال الجهازالمناعى وخلايا تى المناعية وزيادة الجذور الحرة الضارة بالخلايا السليمة.

العـــلاج...أ.يتم سحب ١٠سم دم من المريض وحقنها بالعضل لنفس المريض ب...الحجامــة. تكــون علــى الأمــاكن المصــابة. ويمكــن أن تزيــد عــلى الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.تعمل الحجامة على تنظيم عمل جهاز المناعة وتنشيط عمل خلايا تى المناعية المساعدة وتقليل الإلتهابات وتقليل حمض الأراكيدونيك وبذلك تقل شدة المرض وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية مما يساعد على شفاءالمرض وتقليل الجذور الحرة بالجسم..تكرر الحجامة كل شهر حتى الشفاء. والحجامه تخرج المواد المسببه للأمراض والمسببه للوفيات

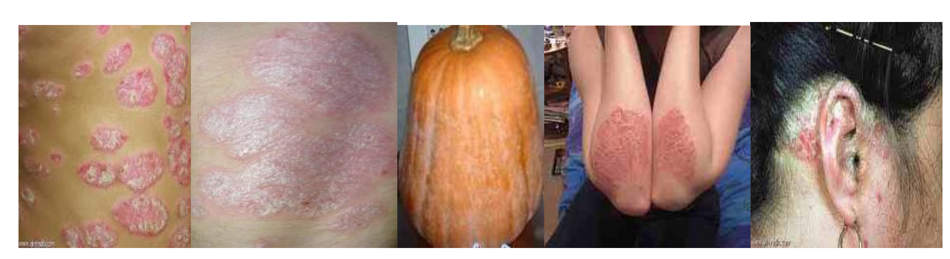
ج.الغـــذاء والأعشـــاب...١.ورق الزيتـــون والقســط الهنــدى والبحـرى..٢...مطحون ورق اليقطين مع الصبار والبروبليز والقسط وزيت الزيتون.زيت اليقطين.زيت الزيتون وزيت الصباروزيت الحبة السوداء والبروبليز ٣.دهان المنطقة المصابة بالسائل الهلامى الموجود داخل الصبار مرة صباحا ومساءا.فهو يعمل على تنشيط الدورة الموية وتقليل الإلتهابات والإحمرار والهرش لإحتوائه على إنزيمات كربوكسى بيبتيداز والبراديكيناز...٢.بروبليز النحل مع العسل وزيت الزيتون.أوالحنة مع عسل النحل وزيت الزيتون.مرتين يوميا.لإحتوائهم على المواد التى تقوى المناعة والدورة الدموية وتنشيط خلايا الجلد للنمو بالمعدل الطبيعى...٣.الحنة...على أماكن القشروهى مفيدة للأمراض الجلدية وتعمل على تخليص الجسم من الأملاح والإلتهابات والجذورالحرة الضارة

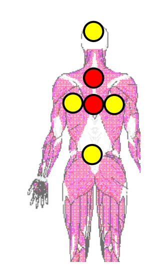
بخلاياالجسم.وتعمل على تنشيط الدورة الدموية بخلاياالجلدوتكررحتى الشفاء...٤.عرق السوس.مشروب رائع ولكن يقلل منه أصحاب الضغط المرتفع فهو يقلل الإلتهابات والإحمرار والهرش ويقلل الليوكوترايين والبروستاجلاندين المسببان للألم لإحتوائه على حمض الجليسريزين الذى يعمل عمل الهيدروكورتيزون...٥.الرجلة.نبات ممتاز فهو يقلل من شدة حدوث نوبات المرض ويقلل لإلتهابات والإحمرار والهرش لإحتوائها على السلينيوم والفيتامينات وحمض الألفالينولينيك...٦.الأسماك.لإحتوائها على الأوميجا ٣ التى لها دور فى تقليل الالتهابات وتقليل الجذور الحرة الضارة بالجسم وتعمل على تنشيط جهاز المناعة...٧.السيليمارين.وهو فى عشب الكعيب لإحتوائه على مواد كثيرة جدا مضادة للإلتهابات ويقلل من شدة المرض...٨.البابونج(الكاموميل)مشروب ممتاز ويتم عمل كمادات منه يوميا على الأماكن المصابة فهو يقلل الالتهابات جدا لاحتوائه على مادة الكامازولين والفلافونيات...٩.بذر الكتان.له دور مفيد فى تقليل الإلتهاب لإحتوائه على حمض اللينولينيك وحمض الإكوسابنتانويك...١٠.الأناناس والفلفل البارد والحار والكانتالوب والفراولة والبرتقال والبليلة والسبانخ والمكسرات وجنين القمح لهم دور هام جدا فى تقليل الإلتهابات وعلاج المرض لإحتوائهم على فيتامين cوفيتامين Eولهم دورهام فى تقليل الجذور الحرة الضارة...١٠.الروزمارى(اكليل الجبل)أو(الحصالبان) مشروب مفيد ويعمل على تقليل المرض والالتهابات لاحتوائه على حمض الروزماريك...١٢.الخلة.مشروب مفيد جدا ويقلل الإلتهابات وذلك لإحتوائه على مادة الزورالين التى لها دور فى تقليل الإلتهابات والجذور الحرة الضارة...١٣.ورق اليقطين..لة فوائدعظيمة فى علاج أمراض الجلد

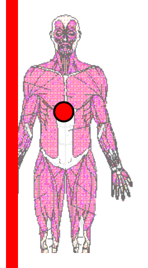
زيت الزيتون+حنة+شمع نحل+قسط هندى+بروبليز+عرقسوس+ورق يقطين

د.لدغ النحل..ويكون على أماكن المرض ونبدأ بواحدة ثم نزيد العدد تدريجيا حتى نصل إلى سبعة لدغات ويتم اللدغ حتى الشفاء.

ممنــــوع : المعلبــات والمــواد الحافظــة والســكروالحلويات المصــنوعة منــه والمسكنات والصابون فى الغسيل أوالأستحمام واللحوم الحمراء والدهون والبيض







١٩ ...تقـرحات القـولـون..حقن شرجية بالعسل...القسط+ورق الزيتون

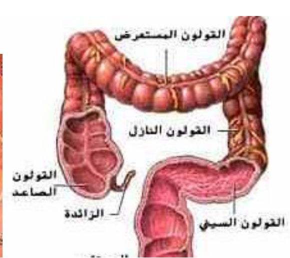
إلتهابات وتقرحات تحدث فى القولون وذلك للأسباب الأتية.أسباب مناعية وإختلال فـى جهـاز المناعـة وتـراكم الفيروسـات والبكتيريـا والفضـلات وتسـبب تقرحـات القولون نزيف ووجود دم مع البراز.إن كثرة الإحتكاك بتلك القرح قد يسبب مع مرور الوقت تهيج بعض الخلايا التى تتحول الى خلايا سرطانية ويسبب سرطان القولون ويأتى هذا المرض لإختلال فى جهاز المناعة أوبعض الأسباب الوراثيـة .قلـة أكل الأليـاف فى الغذاء وزيـادة أكل اللحـوم والـدهون وقلـة الأكسـجين فـى القولون ممايسمح للبكتيريا الضارة فى إنتاج كمية هائلة من السموم وتكوين كميـة كبيرة من الجذورالحرة الضارة بالخلابا السليمة وهوفى النساء أكثرمنه فى الرجال ويسبب إسهال به مخاط ودم وألم بالبطن وفقدان الشـهية وغـازات بـالبطن وغثيـان وقىء وفقدان الوزن.يتم تشخيص المرض إكلينيكياوعن طريق المنظارونقصHB

العلاج...أ.الحجامة:..وتكون أعلى وأسفل ويمين وشمال السرة على مسافة ٣سم منها..ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.تعمل الحجامة على تنظيم حركة الأمعاء عن طريق تنظيم الأشارات العصبية المغذية للقولون وتعمل أيضا على تنشيط الدورة الدموية والمناعة ويزيد تدفق كرات الدم البيضاء والحمراء ويؤدى إلى سرعة شفاء وإلتئام قرح القولون وتقليل الغازات بالقولون.

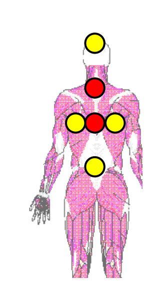
ب.الغذاء والأعشاب...١.حقنة شرجية بالعسل والقسط الهندى والبروبليزوالحنة وزيت الزيتون وزيت اليقطين مرتين يوميا.حيث يتم تخفيف العسل بالماء ويتم عمل حقنة شرجية ويخفف العسل بالماء وقت عمل الحقنة مرة بمرة...٢.الفلفل الأحمر البارد والكمون لإحتوائهم على مضادات الأكسدة...٣.الخردل.له دور كبير فى شفاء قرح القولون لإحتوائه على مادة التانين والراتنجات..٤.النعناع والقرنفل.مشروب مفيدوقاتل للفيروسات والبكتيريا ومنظف للقولون...٥.العسل.ملعقة على كوب ماء صباحا مفيد جدا لإحتوائه على الفيتامينات ومضادات الأكسدة...٦.البابونج (الكاموميل) مشروب مفيد لتقرحات القولون لإحتوائه على مواد قاتلة للبكتيريا ويوقف عمل هرمون الأنترلوكين ٨ المدمر للخلايا السليمة وهو يحتوى على مادة الإبيجينين المفيدة...٧.الأسماك.لإحتوائها على الأوميجا٣ ومضادات الأكسدة التى تقلل الجذور الحرة وتعمل على تنشيط الدورة الدموية...٨.زيت الزيتون.زيت أحادى

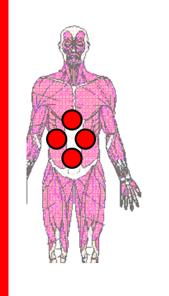
مشبع لـه تـأثير مفيـد جـدا فـى عـلاج قـرح القولـون...٩.البطاطا والجـزر الأصـفر وعصير الجزر الأصفر والسبانخ والخضروات والبليلة.حيث ان لهم دور مفيد فى تقليل الجذور الحرة الضارة من الجسم وتنشيط الدورة الدموية والمناعةوذلك لإحتوائهم على مضادات الأكسدة والفيتامينات والبيتاكاروتين ...١٠.القسط الهندى والبحرى..يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات والديدان وينشط الدورة الدموية والمناعة ويشفى أمراض الجنب والجهاز التنفسى العلوى والسفلى والجيوب الأنفية واللوزتين والزور ولإحتوائة على الهلينين والبنزوي...١١.الشعير وهو يغسل البطن(المعدة والأمعاء)١١...ورق الزيتون.يقلل الكوليستيرول والدهون الضارة وينشط المناعه والدورة الدموية والكبد والكلى والرئتين والقلب ويقلل الإنسدادات والجلطات بالأوعية الدموية ويعمل على ضبط خلايا الجلد وزيادة الغذاء والأكسجين لها

ج.لـدغ النحـــــل...يكون على يمين وشمال وأعلى وأسفل السرة ب٣سم ونبدأ بواحدة ثم نزيد العدد تدريجيا حتى يصل إلى سبع لدغات.له تأثير قاتل للفيروسات والبكتيريا ويقضى على الجذورالحرة الضارة بالخلايا السليمة ويعمل على تنشيط الدورة الدموية وله دور مفيد فى علاج القرح.ويزيد من وصول الأكسجين للخلايا









٢٠- الأنيميا...بليلة بالعسل الأسود+والخميرة الجافة

قصور فى خلايا الدم الحمراء أوالهيموجلوبين.وهوالبروتين الذى يتحد مع الحديد والذى يحمل الأكسجين عبر مجرى الدم.وتنقل كرات الدم الحمراء الأكسجين من الرئة إلى خلايا الجسم مع مبادلة ثانى أكسيد الكربون وتظهر الأنيميا عندما يقل الهيموجلوبين وتقل كرات الدم الحمراء وتعجز كرات الدم الحمراء عن نقل الأكسجين الكافى إلى كافة خلايا الجسم بكفاءة ويظهر على الإنسان الوهن والشحوب والإنهاك الشديد وفقدان الشهية والإمساك والصداع وصعوبة التركيز وبرودة اليدين والقدمين والخمول وكثرة النوم وسقوط الشعر.وعند المجهود يذداد معدل التنفس ويحدث ضيق بالنفس وتذداد وضربات القلب. وعند قياس الهيموجلوبين يكون أقل من الطبيعي

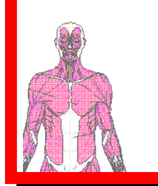
الأسباب...١.تكسير كرات الدم الحمراء وقلة تصنيعها من الكبد والطحال ونخاع العظام...٢.الأدوية...٣.الحمل...٤.كثرة الطمث والقرح وكثرة النزيف **والبواسيروأمراض الكبد والتليف وقلة الحديدوقلة فيتامين ب١٢ وقلة حمض**

الفوليك.ونقص الحديد يسبب إنكماش وصغرفى حجم كرات الدم الحمراء.أما نقص فيتامين ب١٢ يسبب الأنيميا الخبيثة وتكون كرات الدم الحمراء كبيرة الحجم

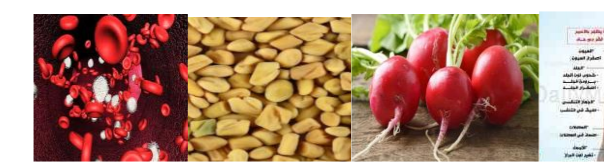
العـــــلاج...أ.الحجامة. وتكون على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية

وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام

ب.الغذاء والأعشاب...١.طبق بليلة بالعسل الأسودوملعقة خميرة جافة واللبن مرة يوميا فالقمح يحتوى على كمية كبيرة من فيتامين E والفيتامينات والألياف ومضادات الأكسدةوالخميرة تحتوى على٤٢مركب مفيد.١٢فيتامينات و١٤معدناجوهرياو١٦حمضامفيدا للجسم...**٢.أكل العنب والزبيب والتفاح** والموزوالبنجروالعدس والفاصوليا والبازلاء والسلطة والسمسم...**٣.ملعقة صغيرة من الخميرة الجافة مرة يوميا على كوب عصيرفاكهة طبيعى.فالخميرة** تحتوى على٤٢ مركب مفيد حيث تحتوى على١٢فيتامين و١٤ معدنا جوهرياو١٦ حمض مفيدا...**٤.الحلبة بالبذور.مشروب يوميا أكثر من مرتين** أوبذور حلبة منبتة بالعسل...**٥.التفاح لإحتوائه مادة الكوريستين وفيتامين c** والبيتا كاروتين ومضادات الأكسدة ومادة البكتين والألياف التى هى مفيدة للغاية...**٦.البنجروعصير البنجر بالعسل لإحتوائه على مادة البيتاسيانين التى** لها دورهام فى تدمير الجذورالحرة الضارة بالجسم وبه كمية كبيرة من فيتامين ب والحديد الذى له دور هام فى علاج الأنيميا...**٧.البطاطس وعصير البرتقال** وعصير الليمون وعصير الأناناس وعصير القرع العسلى وذلك



لإحتوائهم على فيتامين c الذى له دور هام فى علاج الأنيميا والقضاء على الجذور الحرة الشاردة بالجسم...٨.الفاصوليا.البازلاء لإحتوائهم على الفيتامينات ومضادات الأكسدة والكلوروفيل والليجنان والأيزوفلافونات.ولهم دور كبير فى القضاء على الجذور الحرة الشاردة وعلاج الأنيميا...٩.الزبيب لإحتوائه على نسبة عالية من الحديد...١٠.الاسماك والطيورالمنزلية بدون الجلد لإحتوائهم على المعادن الكثيرة اللازمة للجسم والأوميجا٣ التى لها دورفى تنشيط مناعة الجسم وتقليل الكوليسيرول والدهون الثلاثية...١١.حبوب اللقاح مع عسل النحل وذلك لإحتوائهم على الأملاح المعدنية والفيتامينات والبروتينات والإنزيمات..١٢.التمر





٢١- الروما تويد...الكى على أماكن المرض والألم

مرض يصيب المفاصل ويؤثر على أعضاء أخرى من الجسم مثل الجلد والقلب والرئتين وذلك لإختلال جهازالمناعة الذى يهاجم مفاصل وأعضاء الجسم نفسه ويسبب ألم شديد بالمفاصل وسخونة وتورم وإحمراروتيبس بالمفاصل صباحا.يزول خلال ساعة وقد يحدث تورم وتضخم فى أربطة مفاصل الجسم.وقد يزداد فيحدث تآكل بالمفاصل.ويظهر هذا التاكل فى الآشعة ويمتد المرض لأعضاء الجسم مثل القلب والرئتين والكبد وغيرذلك.ويحدث إلتهابات شديدة بالشرايين والشعيرات الدموية فتتضخم ويحدث بها جلطات وتزداد الأجسام الحرة الشاردة فى الجسم فى هذا المرض وهى تتلف الخلايا السليمة بالجسم وتزداد الجذور الحرة الضارة التى تتلف الخلايا السليمة فى هذا المرض...التشخيص...نجد زيادة فى

عدد الصفائح الدموي.وزيادة فى سرعة الترسيب.وزيادة فى--c-reactive-protien-ونقص فى نسبة الهيموجلوبين.وعامل الروماتويد يكون إيجابى .وفى بعض الحالات القليلة يكون التحليل سلبى

العلاج...أ.يتم سحب ١٠سم دم من المريض وحقنها بالعضل لنفس المريض

ب.الكى.على أماكن الألم.يقلل الإلتهابات وينشط الدورة الدموية وينظم المناعة.ويقتل الفيروسات والبكتريا ويشفى أمراض لاشفاء لها إلا بة..ويتم وضع البنج الموضعى حقنا أو رش البنج الموضعى ونكوى بعد ٥ دقائق على أماكن الألم ونعيد الكى حتى الشفاء.ورأيت فالكى شفاءا لأمراض لا شفاء لها ورأيت فية عجبا

ج...الحجامة...تكون على المفاصل التى بها الألم أو الأحمرار.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية بالجسم والمفاصل فتقل الإلتهابات وتمنع تكوين الجلطات فى الشرايين والشعيرات الدموية الصغيرة.وتقلل مادة البروستاجلاندين والليوكوتريين التى لهما دوركبيرفى الشعور بالألم.وأثناء الحجامة يفرز الجسم أكسيد النيتريك NOفيعمل على إتساع الأوعية الدموية فتقل الإلتهابات وتصل إشارات إلى المخ من اماكن الحجامة أثناء التشريط عن طريق الخلايا العصبية الطرفية فيفرز المخ مادة الإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون.فيقل الألم وتقل الإلتهابات.وتقضى على الجذورالحرة الضارة بخلاياالجسم وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

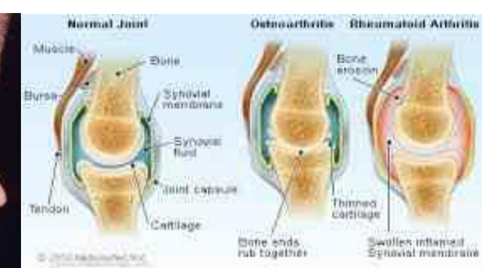
د.الغذاء والأعشاب...١.ورق الزيتون يقلل الكوليستيرول والدهون الضارة وينشط المناعه والدورة الدموية والكبد والكلى والرئتين والقلب ويقلل الإنسدادات بالأوعية الدموية ويعمل على ضبط الجهاز المناعى

٢...الأسماك:لإحتوائها على الأوميجا٣ التى تقلل البروستاجلاندين والليوكوترايين والثرومبوكسين وهى مواد ضارة تسبب الألم والإلتهاب وحدوث الجلطات وبذلك يقل الألم والإلتهاب والجلطات بالجسم **...٢.زيت الزيتون.إجعله فى طعامك فهو** يقلل الإلتهابات كما يقلل الدهون الثلاثية والكوليستيرول وينظف ويقوى الأوعية الدموية لأنه زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة**...٣.فص ثوم صباحا ومساءا.يقطع ثلاث قطع ويتم بلعه.فهو يقلل الدهون الثلاثية** والكوليستيرول ويمنع تكوين الجلطات وينشط الدورة الدموية ويقوى المناعة لانه يحتوى على الزيوت الطيارة المفيدة مثل الأليين والأليينازوالجارسلين ويحتوى على مركبات الكبريت الهامة مثل دياليل ترايسلفايد ويقضى على الجذورالحرة الشاردة التى تضر بالخلاياالسليمة بالجسم**...٤.السمن البقرى** أفضل**...٥.عصيرالجزرالأصفر بالعسل لإحتوائه على البيتاكاروتين والألفاكاروتين** فهو مضاد قوى للأكسدة ويقاوم بشدة ويقضى على الجذور الحرة الشاردة الغير مستقرة والتى تضرالخلايا السليمة بالجسم وهو يقوى المناعة ويقوى النظرلإحتوائه على البيتاوالالفاكاروتين التى تتحول الى فيتامين أ الذى يكون صبغة أرجوانية تحتاجها العين وهى الرودوبسين**...٦.عصير الأناناس** بالعسل.البروكلى الكنتالوب والجوافة وعصير البرتقال والفراولة والكيوى والجريب فروت لإحتوائهم على فيتامين c الذى يكافح الجذورالحرة الحرة الشاردة ويكافح الألتهابات**...٧.الزبادى والبيض والبليلة والمكسرات التى تكون إنزيم** السوبر أكسيدديسميوتيزالذى يقلل الجذور الحرة الشاردة ايضا والالتهابات**...٨.الزنجبيل.إجعله مشروبك المفضل لأنه يقلل البروستاجلاندين التى** تسبب الإلتهابات والألم الشديد ويقلل الثرومبوكسين المسبب للجلطات بالجسم

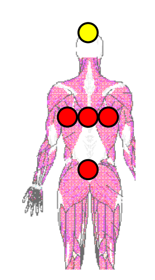
...٩.القسط الهندى والبحرى..يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات والديدان وينشط الدورة الدموية والمناعة ويشفى أمراض الجنب والجهاز التنفسى العلوى والسفلى والجيوب الأنفية واللوزتين والزوروإحتوائة على الهلينين والبنزويك

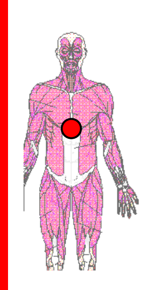
ها...لدغ النحل...نبدأ اليوم الأول بلدغة ثم راحة ليومين ثم نزيد العدد تدريجيا ويكون اللدغ على المفاصل المؤلمة فهو يقوى المناعة ويقلل الالتهابابات.ويتم اللدغ لمدة شهرثم راحة لمدة شهروالجلسة كل ثلاثة أيام.

الممنوعات...الدهون واللحوم والزيوت عدازيت الزيتون .والسمن عدا السمن البقرى.والسكر والحلويات المصنوعة منه .والمعلبات والمواد الحافظة ويتم الإنتظام على الجلسات حتى يتم الشفاء بإذن الله ،وبفضل الله تم شفاء الكثير









٢٢-حصوة الكلى والحالب.والفشل الكلوى..الحجامة.القسط +ورق الزيتون+البقدونس+شعر الذرة+الصمغ العربى+زيتون بيت المقدس

بلورات تتكون فى الكلى والمثانة بسبب زيادة وإرتفاع بعض المعادن الذائبة فى البول إرتفاعا شديدا فتتكون بلورات غير قابة للذوبان فتترسب فى البول وتتحجر بمرور الوقت وتتكون الحصوات من أملاح الكالسيوم وتكون مثل ثمرة التوت أوتتكون الحصوات من الحمض البولى وتكون الحصوة على شكل الكرة الصغيرة وتكون ذات شكل بنى أوتتكون الحصوات من الستروفيت التى تحتوى على أملاح الكالسيوم وتكون الحصوة ذات شكل مسطح وتسبب الحصوات أعراض كثيرة مثل الألم الشديد عندما تتحرك وتسبب قشعرة وسخونة وغثيان وعرق غزير وقيء شديد ورغبة متكررة للتبول ودم وصديد بالبول ويؤكد ذلك تحليل البول ويكون البول داكن وذو رائحة كريهة وتحليل البول مهم لمعرفة الاملاح والصديد والدم .

التشخيص.من خلال الأعراض السابقة ويؤكد وجود الحصوات.وعمل أشعة تليفزيونية (السونار)على البطن والحوض وتحليل البول.ويحدد السونارمكان وحجم الحصوات.الأشعة العادية.والصبغة .ووظائف الكلى ونسبة الألبومين كريات

العلاج...أ.الحجامة...على الكلى من جهة الظهروهى تقع أسفل عظمة اللوح بسنتيمترات حتى موضع اليدين فى وسط الجسم أمام L3,L2,L1,T12,T11.. وهى أعلى الخط بين L4,L5بمقدا أصبعين وبجوار العمود الفقرى بأصبعين ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية فى منطقة الكلى والحالب وبذلك تقل الإلتهابات وأثناء الحجامة تزداد مادة أكسيد النيتريك NOالتى تعمل على توسيع الأوعية الدموية فتزيد من فرصة نزول الحصوات وتزداد كرات الدم البيضاء التى تقلل الإلتهابات وأثناء الحجامة تصل إشارات للمخ الذى يعمل على إفراز مادة الإنكفالين والإندورفين التى تسكين الألم

ب.الغذاء والأعشاب...١.القسط الهندى والبحرى..يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات والديدان وينشط الدورة الدموية والمناعة ويشفى أمراض الجنب والجهاز التنفسى العلوى والسفلى والجيوب الأنفية واللوزتين والزورويفتت الحصوات وذلك لإحتوائة على مادة الهيلينين وحمض البنزويك والقسط الهندى فية سبعه أشفية وهو أحد أهم أعشاب الطب النبوى والأشفية الصريحة للزور واللوز والجهاز التنفسى وأمراض الجنب .٣مرات يوميا مغلياأومنقوعا**...2.ورق**

الزيتون..يحتوى على الألوروبين والبولى فينول.يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات..يقوى المناعة وينشط الدورة الدموية ويقلل الإلتهابات..يقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية والأملاح..يقلل الضغط والسكر..ينظم حركة الأعصاب والعضلات والجسم وكيميائية الدم..يقلل الوزن..يفتت الحصوات ويزيل الرمل..يساعد فى شفاء أمراض كثيرة..أوراق مباركة ليس لها ضرر من شجرة مباركة..سيثبت العلم يوما أنها إعجاز وشفاء

٣.شواشى الذرة (وهى حريرة الذرة التى حول الذرة نفسها)أوالشعيرأوالحلفا البرأو الروزمارى أو ورق زيتون.مشروب ٣مرات يوميا مغليا أومنقوعا.ويكرر العلاج حتى الشفاء...٤.تناول ملعقة زيتون بيت المقدس(زيتون إسرائيلى مطحون)+ليمون صباحا ومساء يوميا...٥.البطاطا المشوية لأنها تحتوى على فيتامينC.E.والبيتاكاروتين وفيتامين B والهوموسيستايين،فالبطاطا تقلل بقوة وتقضى على الجذور الحرة الشاردة التى تضر بالخلايا السليمة بالجسم وتساعد على تفتيت الحصوات...٦.البقدونس.وأفضله الطازج الأخضرلاحتوائه على فيتامين Cوالإبيول والميريستيسين.ويعمل على تدفق البول وإزالة البكتيريا من الجهاز البولى التى تسبب العدوى ومشاكل الحصوات...٧.عصير الجزر.لإحتوائه على البيتا كاروتين والالفاكاروتين وهى مضادات للأكسدة وقوية وتحمى الجسم من الجذور الحرة الشاردة الضارة وتساعد فى إزالة الإلتهابات والحصوات...٧.البرتقال والتفاح.لإحتوائه على فيتامينC ومضادات الأكسدة وهما يوازنان أحماض وقلويات الدم ويقللان الحصوات...٧.الموزوالبروكلى والزبادى لإحتوائهم على الماغنيسيوم الذى يكافح تكوين الحصوات.

ج...الممنوعات.الدهون والألبان واللحوم والشاى الأسود والمعلبات والمواد الحافظة والسكر والحلويات المصنوعة منهوالكاكاو والمكسرات والسبانخ والخس والقهوة...كانت النتائج ممتازة مع الحالات التى عالجتها بفضل الله

القصور الكلوي(الفشل الكلوي)إرتفاع الكرياتينين واليوريا وحمض اليوريك

يحدث عندما تفقد الكلى قدرتها على تصفية الدم من السموم إلى جانب وجود عدّة عوامل أخرى تتداخل مع اختلال وظائف الكلى مثل التعرض للمواد السامة كالملوثات البيئية والمواد الحافظة الكيميائية والعديد من الأمراض كتلف الكلى وقد يؤدي القصور الكلوي(الفشل الكلوي)أحياناً للوفاة عن طريق تراكم السموم في الجسم...تشمل أسباب القصور الكلوي(الفشل الكلوي) بفقدان تدفق الدّم إلى الكلى مما يؤدي إلى فشل عملها نتيجة الإصابة بالنوبات القلبية وأمراض القلب وتليف الكبد والجفاف والحروق الشديدة والالتهابات وبعض الأدوية كمضادة الالتهابات وتؤدّي بعض الأمراض والظروف إلى الإصابة بالفشل الكلوي كالتعرض لجلطات الدم والتهاب الأوعية الدموية والتهاب الأوعية الدموية الصغيرة في الكليتين ومتلازمة التحلل الدموي البولي وسرطان خلايا البلازما في نخاع العظم وتصلب الجلد..تتوزع أنواع القصور الكلوي(الفشل الكلوي)لعدة أنواع أحدها يكون هبوط مفاجئ لوظائف الكلى بسبب عدم كفاية إيصال الدم إلى الكلى.والنوع الآخر يكون نتيجة حصول انسداد مفاجئ يؤثرعلى تدفق البول من الكليتين،والنوع الثالث يكون بسبب حصول انخفاض في إيصال الدم إلى الكلى لفترة طويلة،لتبدأ الكلى بالانكماش وببطء العمل حتى التوقف.وأعراض القصور الكلوي وتورم في الساقين والكاحلين والقدمين وضيق غير مبرّر في التنفس والنعاس أو التعب والغثيان والارتباك وألم أو ضغط في الصدر والغيبوبة في بعض الأحيان الأخرى.ويكون تشخيص قصور الكلى عن طريق تحليل البول وذلك من خلال قياس كمية البول إلى جانب أخذ عينات من الدّم لقياس المواد التي يتم تصفيتها عن طريق الكلى مثل اليوريا والكرياتينين إلى جانب بعض اختبارات التصوير مثل الموجات فوق الصوتية والرنين المغناطيسي والتصوير المقطعي المحوسب بالأشعة.وعلاج الفشل الكلوي يكون عبر ما يعرف بغسيل الكلى كعملية بديلة لما تقوم به الكلى من وظائف بالوضع الطبيعي، والعلاج الآخر يكمن في زراعة الكلى.

العلاج...١...القسط الهندى. ينشط خلايا الكلى ويعمل على توصيل الغذاء والأكسجين وتقليل الإلتهاب ويقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات ويقوى المناعة وينشط الدورة الدموية والمناعة لإحتوائة على الهيليين وحمض البنزويك

٢...الصمغ العربى..خليط من بروتين سكري وسكريات متعددة.ومصدر لسكريات الأرابينوز والريبوز مفيد لعلاج السمنة ويساعد على إنقاص الكوليستيرول في الدم .ويمنع الصمغ العربي ترسب بكتريا الأسنان في المراحل الأولى من التسوس ويلطف تهيج الأغشية المخاطية ويساعد على التئام الجروح ويقي من الإصابة بالسرطان ويزيل السموم والخلايا السرطانية ويقتل البكتريا وينظم السكر.تتخمر الألياف الغذائية بالصمغ بواسطة بكتريا القولون التي تستخدم هذه المواد كمصدر للطاقة والنمو ويساعد البكتريا على امتصاص النتروجين والتخلص منه في البراز ويكون هناك زيادة كبيرة في كمية البكتريا والمحتوى النتروجيني والسموم بالبراز ونقص كبير في مادة البولينا والكرياتينين بالدم ويقلل معدل الفشل الكلوى وهو مفيدللتخسيس والسكروالضغط المرتفع والامساك الحاد والمزمن وعلاج القولون العصبي والكلي والمسالك البوليه(الفشل الكلي)والضموروالقصورالكلوى والضعف الجنسي وتقوية الحيوانات المنوية والانتصاب وامراض الباطنة والصدر والرئة والجلدية ومفيد لجميع انواع السرطانات ويقوي المناعه.وتعمل الالياف الغذائية الذائبة بالصمغ على رفع معدل الاحماض الدهنية قصيرة السلسلة (shortchainfatty acids)والمهمة للوقاية من السموم بالجسم وبالأخص في نهاية الجهاز المعوي.وتساعد الألياف الغذائية الذائبة في الماءعلي سهولة الإخراج وتجنب تراكم الفضلات البرازية والسموم والتي قد تؤدي لنمو الخلايا السرطانية في نهاية الجهازالمعوي وتساعد الالياف الغذائية الذائبة على نمو البكتريا الحميدة والتي تساعد على التخلص من الأنواع المرضية لأن الألياف الغذائية الذائبة تنافس بشكل أفضل للتغلب على المرض وتعمل الألياف الغذائية الذائبة في الماءعلي التخلص من مركبات الصفراء السامة حال تجمعها أسفل الجهاز المعوي وتقلل الكوليستيرول والذي يتكون من تركيب هيكلي مشابه لأملاح الصفراء الزائدة وتساعد الألياف الغذائية الذائبة الموجودة في الصمغ العربي على ضبط السكروالضغط وتساعد مرضى السكر والضغط والسمنة في السيطرة على الوزن وتعمل الالياف الغذائية على السيطرة بالمحتوى المائي وبالتالي تحافظ على الفضلات بمحتوى مائي مناسب وهذه من خواص المواد الغروية التي يتبع لهاالصمغ العربي وهي المقدرة علي التحكم في المستوى المائي في اسفل الجهاز المعوي بطريقة تناسب وظائف الاعضاء.تساعد الالياف الغذائية الذائبة في وقاية

الغطاء المخاطي للانابيب الموجودة بالجهازالتنفسي والهضمي وحماية هذه الطبقة المخاطية الرقيقة وترفع كفاءة الجهاز المناعي وكفاءة الكليتين

٣...زيتون بيت المقدس... حصى يتم طحنه حتى يصبح مثل البودرة ويوضع علي الليمون المعصور ونتناولة يوميا بديل عن عمليات الليزر والجراحة ويعمل على تغذية الكليتين وزيادة معدل الأكسجين والغذاء لأنسجة الكليتين وتقليل الأملاح والإلتهابات وتفتيت الحصوات وإزالة الموادالسامة

٣...الكركم .منشط لخلايا الكلى ويعمل على توصيل الغذاء والأكسجين للخلايا وهو مضاد حيوى قوى ويقلل الإلتهاب والكرياتينين والبولينا بالدم ومفيد للكبد ويعمل على تنشيط الدورة الدموية ويقوي خلاياالكبد ويقلل الجزورالحرة الضارة بالخلايا

٤...ورق الزيتون..يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات ويقوى المناعة والدورة الدموية ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية الضارة ويقلل السكروالضغط المرتفع ويقضى على الخلايا السرطانية والميتة والغير طبيعية والجذور الحرة الشاردة ويفتت الدهون الضارة ويقضى على السمنة ويفتت الحصوات ويقوى خلايا الكبد ويحمى الدورة الدموية والجسم من الجلطات وينشط الدورة الدموية ويقوى خلايا الكبد لإحتوائه على مادة الأولوروبين والفينول القاتلة للفيروسات

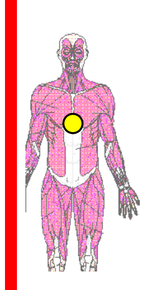
٥...شعرالذرة لها فوائد للكلى والجهاز البولى وتنحيف الجسم والدم.يحتوي على Maysinوالفلافونيدات واللانشين والمواد القلوية والزيوت الطيارة والمواد الهلامية والزنك و البوتاسيوم وفيتامين.أ.ج.ب والمعادن والألياف التي تقي من أمراض الجهاز الهضمي مثل البواسير والإمساك وسرطان القولون والمستقيم لإحتواءه على المواد المضاده للأكسده ومصدرًا غنيًا بالفيتامينات خاصة الثيامين والنياسين من أجل الحفاظ على صحة الأعصاب والوظائف الإدراكية ومفيد لمن يعانون من سوء التغذية لإحتواءه على حمض البانتوثنيك ومسكن لألام الروماتيزم والمفاصل لانه يمتص الأحماض الزائدة من الدم لمريض الروماتيزم ومدر للبول ويخلص الجسم من السموم العالقة به لإحتواءه على البوتاسيوم ويلطف بطانة المجري البولي ويقلل الحرقان ومنبه للمرارة ويزيد من إفراز العصارة الصفراء بالمرارة ويستخدم لمنع تكوين حصوات الكلى والمرارة وخفض ضغط الدم ومنبة لعضلات القلب ويساعد على التخلص من إضطرابات البروستاتا وعلاج النقرس وتفتيت الحصوات ومضاد للنزيف البولي وإضطرابات القناة الهضمية والجهاز

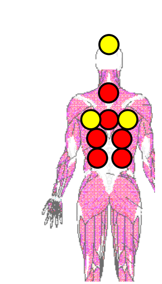
الهضمي وبه معادن كالفوسفور والمنجنيز والماغنسيوم والزنك والحديد والنحاس والسيلينيوم لتنظيم النموالطبيعي وصحة العظام والكلى والقلب ويمكن تناوله يوميا

٦...الخميرة الجافة... تحتوى على ١٢فيتامينات.١٤معادن.١٦حمض أمينى وتفيد الكلى وكل خلايا الجسم وتنشط الكلى وتقلل الإلتهاب

٧...الخردل...معجزة دوائية وعلاج لأمراض عديدة

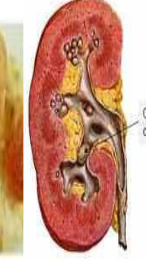
يحتوى على الأيزوسيوسيانيد والكاروتينات واللوتين ومضادة للأكسدة والفلافونويد وفيتامين.أ.ج .ك.والسيلينيوم والمغنسيوم النياسين و فيتامين.ب٣ وبذور الخردل أو المستردة ذكرت في القرآن الكريم مرتين ويعالج أمراض عديدة ويستعملة الناس منذ سنوات مديدة وهو مفيد لجميع خلايا وأعضاء الجسم وينشط خلايا الكلى ويزيد الأكسجين والغذاء ويقلل الإلتهاب والكرياتينين والبولينا بالدم













٢٣...زيادة افرازالغدة الدرقية(مرض جرافس)..الحجامة.القسط .ورق الزيتون.الخردل

تشبة هذه الغدة الفراشة وتقع أسفل تفاحة آدم على الجانبين فى الرقبة من الأمام وتفرز هرمونات تساعد فى السيطرة على عملية التمثيل الغذائى وحرق السعرات الحرارية وتحويلها للطاقة.لذلك لها تأثيرمباشر على الوزن ومستويات الطاقة وعلى إمتصاص العناصر الغذائية لذلك فالإختلال فى النشاط بالزيادة فى إفراز الهرمون يسبب المشاكل ويصيب التمثيل الغذائى بالخلل فزيادة إفرازهرمون الثيروكسين يسبب فقدان الوزن وزيادة نشاط الجسم وزيادة نبض القلب وسخونة الجسم وزيادة افراز العرق والأرق والإجهاد والعصبية وإرتعاش اليدين وزيادة حركة الأمعاء.وتساقط الشعر وتغير سمك الجلد وإنفصال الأظافر عن منابتها

وبروز فى مقلة العين وويقل أويختل تدفق الدورة الشهرية عند النساء.ويعود السبب إلى إختلال جهاز المناعة والفيروسات ونقص الأيودين الذى يزيد من إفراز هرمون الثيروكسين ونقص إنزيم البيروكسيديز الذى يحول الأيودين العضوى إلى أيودين غيرعضوى.وقد يكون هناك إختلال بالغدة والهرمون ولايظهربالتحاليل.

ومقدار الهرمون الطبيعي بالدم هو:Free T3 =(80-200) ng/dl

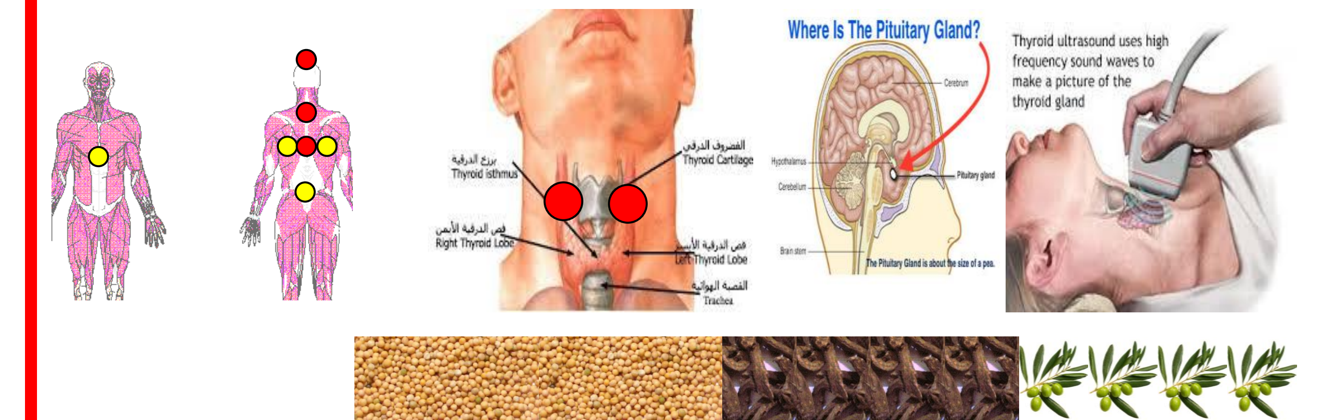
TSH=(O.30-4.2)ulU/dl...TotalT4 =(5-14)ug/dl

العلاج...الحجامة...على الغدة نفسها وتكون برفق.يمين ويسار تفاحة ادم.وفى منتصف الرأس لأعلى.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتعمل الحجامة على تنظيم إفراز هرمون الثيروكسين عن طريق الغدة النخامية التى تفرز هرمون TSH وتعمل الحجامة على إخراج التجمعات الدموية من الغدة التى تسبب الضغط على خلايا الغدة.وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية مما يؤدى إلى إخراج الأجسام المضادة وإلإلتهابات وتعمل على تحسين التمثيل الغذائى للأيودين

ب.الغذاء والأعشاب...١.القسط الهندى والبحرى..يقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات والديدان وينشط الدورة الدموية والمناعة ويشفى أمراض الجنب والجهاز التنفسى العلوى والسفلى والجيوب الأنفية واللوزتين والزور وذلك لإحتوائة على مادة الهلينين وحمض البنزويك...٢.البروكلى والكرنب والقرنبيط واللفت.وذلك لإحتوائهم على الأيزوثيوسيانات الذى يقلل إفرازهرمون

الثيروكسين...٢.ورق الزيتون وهو يعمل على ضبط معدل الهرمونات والضغط والسكر والكبد والكلى والخمول والقلب والشرايين وشرايين القلب والمناعه ٣...النعناع والريحان والروزمارى.مشروبات جيد مرة يوميا أوأكثرمفيد جدا لإحتوائهم على حمض الروزماريك الذى يقلل إفراز الغدة الدرقية لهرمون الثيروكسين...٣.الخردل.لإحتوائه على التيروزين...٤.الترنجان (ويسمى lemon palm)يقلل إفرازهرمون الثيروكسين من الغدة الدرقية فى الدم لإحتوائه على الفلافون والبولى فينول...٥.الفجل.يقلل إفرازهرمون الثيروكسين ٥...الخردل...ينظم عمل الغدة ويقلل زيادة إفرازها لهرمون الثيروكسين

ج.لدغ النحل..لدغة واحدة اولا على أحد الجانبين ثم يزيد العدد تدريجيا حتى يكون لدغتين على كل جانب...وقد كانت النتائج ممتازة بفضل الله



٢٤...التبول الليلى..العسل.الحجامة.ماءساخن وبارد على المثانة

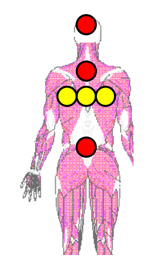
عدم التحكم فى البول من سن أربع أوخمس سنوات ويحدث أكثر من مرتين فى الأسبوع ولمدة أكثرمن ثلاثة أشهرمتتالية وذلك للأسباب الأتية..مرض السكر.والإلتهابات والفيروسات والبكتيريا وتأخرنموالمثانة وتأخر النموالعصبى للمثانة وصغر حجم المثانة والإمساك وقصور فى الهرمون الذى يضاد إدرار البول وبذلك تتدفق السوائل من الكلى للمثانة ويتدفق الصوديوم حاملا جزيئات الماء ويحدث ذلك لمشاكل كثيرة.

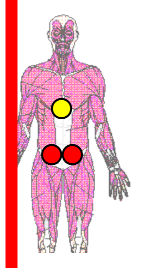
العلاج...أ.الحجامة...على المثانة من الأمام.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط المناعة والدورة الدموية بالمثانة وبذلك تقل الإلتهابات وتصبح جدرانها قوية وتزداد مناعة الجسم وتزداد كرات الدم البيضاء التى تقضى على الإلتهابات.وتعمل الحجامة على تنظيم الإشارات العصبية فى الجهاز العصبى اللاإرادى وتعمل على زيادة معدل نمو الأعصاب المغذية للمثانة وتعمل على تخليص الجسم من كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتركيب والعمر وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه.وتكرر الحجامة مرة كل شهرحتى الشفاء.

ب...الغذاء والأعشاب..١.العسل من أقوى العلاجات ٣مرات يوميا على الماء ٢.لحاء البلوط.يقوى عضلات المثانة...٢.القرنفل:لأنه له تأثيرعلى الأعصاب ويعمل على تقويتها...٣.التمر: لأنه يمتص السوائل...٤.إستعمال عسل النحل بديل للسكر.فالسكر مركب سام وضارجدا والعسل مفيد جدا...٥.التبول قبل النوم مباشرة مع أخذ ملعقة عسل نحل قبل النوم بدون ماء...٦.عمل قربة ماء ساخنة والأخرى باردة ويتم وضع القربة الساخنة على المثانة من الأمام لمدة ثوان ثم يتم رفعها ووضع قربة الماء الباردة ويكرر ذلك لمدة ربع ساعة وعلى العصعص مثل ذلك لمدة ربع ساعة مرة صباحا ومساءا وهذا يعمل على تنشيط الدورة الدموية والأعصاب وتقوية جدران المثانة ويكرر ذلك يوميا.٧...الخميرة...تنشط الأعصاب

ج..الممنوعات...السكروالحلويات.المعلبات والملح والشاى والقهوة







٢٥.قرحة المعدة.الثوم.عرق السوس.البروبليز.الموز.والرمان

بدايتها إلتهابات جدران المعدة ثم قرحة تصيب بطانة الجهاز الهضمى والمعدة والأمعاء وذلك لتعرض بطانة المعدة والأمعاء لحمض المعدة وهو حمض الجاسترين وهناك عوامل أخرى مثل الوراثة والضغوط النفسية والعقاقيروالقلق والتوتر,والتدخين ونزلات البرد بعض أمراض الكلى والكبد وأسباب اخرى وتتمثل الأعراض فى قىء به دم وألم شديد جدا فى أعلى البطن وقد يكون الألم فى أعلى البطن بسبب جلطة فى القلب ويكون الألم شديد وحاد ومصاحب بغثيان أوترجيع أوعرق وهذا أخطرمن إلتهابات المعدة.لذالك يجب إستبعاد جلطة بالقلب أولا.وألم

المعدة يكون قبل تناول الوجبات أوبعدها بساعات أوأثناء الليل.وعدم إرتياح بالصدروالظهروصداع والشعور بالإختناق والغثيان والقيء والبعض يفقدون شهيتهم للطعام والأخرون يكثرون من الطعام.وفى هذا المرض تزداد فيه مادة الهستامين ويقل إفراز هرمون السوماتوستاتين الذى يمنع إفراز حمض الجاسترين الذى يسبب الحموضة الزائدة ثم الإلتهابات ثم حدوث القرحة وتقل البروستاجلاندين التى تساعد على تنشيط السائل اللزج الذى يبطن المعدة ومادة البيكربونات التى تعادل الحمض.وترتبط بكتيريا الهليكوباكتربيلورى بهذا المرض.ويقال أن لها دور كبير فى حدوث القرحة ويتم تشخيصها بالمنظار

العــلاج...الحجامة...تكون على البطن ما بين أسفل منتصف عظمة الصدر

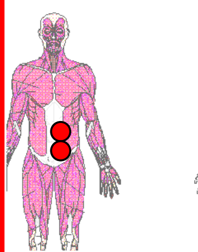
والسرة فالمنتصف لليسارقليلا.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنظيم إفراز حمض الجاسترين فلا يزيد تركيزه.وتعمل الحجامة على تنظيم إفرازات العصارات والإنزيمات المعدية(التى بالمعدة) فتزيد من كفاءة الهضم وإمتصاص الطعام وتزداد مادة البيكربونات والبروستاجلاتدين إلى الحد الطبيعى وهما يقلالان حمض الجاسترين الذي يسبب القرحة ويقللان من الالتهابات ويحميان المعدة عن طريق زيادة إفراز السائل اللزج الذي يحمي جدران المعدة من حمض الجاسترين ويزدادإفرازهرمون السوماتوستاتين الذي يقلل حمض الجاسترين وأثناء الحجامة يفرز الجسم أكسيد النيريك NO الذي له دور

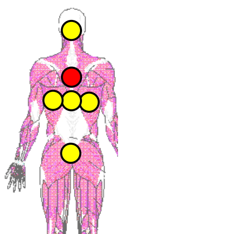
هام في تنشيط الدورة الدموية والتئام القرح وتعمل قوة الشفط بالحجامة على إخراج كمية كبيرة من الإلتهابات والبكتريا وكرات الدم الحمراء التالفة في الشكل والحجم والتركيب والهرمة منتهية العمر وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

ب...الغذاءوالأعشاب...١.فص ثوم.صباحاً ومساءاً.يقطع الى ثلاثة قطع ويتم بلعه فهو مضاد حيوي واسع المدى فيقتل بكتريا الهليكوبكتر بيلورى التي بالمعدة دون ضرر بالمعدة ويعمل على تنشيط الدورة الدموية والمناعة مما يساعد فى شفاء قرح المعدة ويقلل الجذور الحرة الضارة وذلك لإحتوائة على مركب الجاريسيلين والدياليل تريسلفايد والإس إليليسيتين والأليين والألينازوالفيتامينات المعدنية ومضادات الأكسدة**...٢.التين.لإحتوائه على إنزيم الفيسين وله دور هام** في القضاء على البكتريا وعلاج القرحة**...٣.زيت الزيتون زيت أحادى يحتوى** على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة ويعمل على تقليل الإلتهابات وتقليل حمض الجاسترين وتقليل الكوليستيرول والدهون الثلاثية والقضاء على الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم السليمة ويلطف جدار المعدة ويعالج القرحة وذلك لإحتوائة على مضادات الأكسدة والفيتامينات ومادة الألوروبين المفيدة والبولى فينول**...٣.عرق السوس العشبي مرة يوميا أو مرتين يقلل منة ذوي الضغط** المرتفع.فهو يحمي المعدة ويعالج الإلتهابات وقرحة المعدة لإحتوائه على مادة الكاربينوكسولون الفعالة في علاج القرحة**...٤.عصير الرمان وعصير** الجزروعصير الموز بالعسل لهم دور فى تقليل الإلتهابات وشفاء القرح وذلك لإحتوائهم على البيتاوالألفا كاروتين ويحتوى الموزعلى مثبط إنزيم البروتيز الذي يقضى على البكتريا الضارة ويفرز طبقة مخاطية واقية للمعدة**...٥.ملعقة خميرة صغيرة مرة يوميا على كوب عصيرلإنها منجم الفيتامينات والمعادن فهي تحتوي** على ١٢ فيتامين و١٤ معدناً جوهريا مفيد و١٦ حمض هام وبذلك فهي تحتوي على ٤٢ مركب هام جداً**...٦.العكبروهوالبروبليز.ملعقة صغيرة من بروبليز النحل** مرة يوميا.يحتوى البروبليزعلى المركبات الكثيرة التى تقضى على الفيروسات

وبكتريا الهليكوبكتر بيلورى التى تسبب القرحة بالمعدة...٦.البابونج.مشروب بالعسل فهو يقلل الهستامين والإلتهابات ويقضى على بكتريا الهليكوبكتر بيلورى بالمعدة...٧.الزنجبيل مشروب بالعسل فهو يحتوي على ١١ مركب معالج للقرحة منها الجنجرول والشوجاول والبارادول والبيتابيزالين...٨.الكركم الاصفريعمل على تنشيط الدورة الدموية بالمعدة ويقتل البكتريا الضارة ويساعد بقوه في إلتئام القرح وتقليل الإلتهابات والقضاء على الجذور الحرة الضارة وذلك لإحتوائة على مضادات الأكسدة ومركب الكركومين المفيد جدا.ملعقة صغيرة مرة أو مرتين يوميا بالعسل...٩.الكمون مطحون والحلبه والحبه السوداء...١٠.الشاي الاخضر.يقلل الهستامين والإلتهابات ويقتل البكتريا الضارة ويقضى على الجذور الحرة الضارة ويعالج القرحة وذلك لإحتوائة مركب الهوجالات الإيبيجالوكاتشن والبوليفينول وعلى مواد مضادة للاكسدة...١١.كوب الزبادي مرة يوميا لإحتوائه على البكتريا النافعة اللاكتوباسلس أسيدوفلس...١٢.عصير الاناناس بالعسل يساعد في شفاء القرحة لإحتوائه على إنزيم البروميلين ومادة الجلوتامين التي لها أثر فعال في تقليل حمض الجاسترين وعلاج القرحة...١٣.الملفوف الطازج مثل الكرنب والبروكلى والبروكسل لهم دور قوى فى تقليل حمض الجاسترين وتقليل الإلتهابات والقضاء على الجذور الحرة القضاء وذلك لإحتوائهم على الجلوتامين والإس ميثيل مثيونين والإندول ٣ كربينول والكبريت ولهم دور مفيد جدا في علاج القرحة...١٤.البطاطا لاحتوائها على فيتامين CوEوB ومضادات الاكسدة والبيتاكاروتين وفيتامين هـ واللليوتين ولهم دور قوى في علاج القرحة...١٥.العسل لإحتوائه على الفيتامين والعبكر وهو يقتل البكتريا وله دور كبير في شفاء قرح المعدة.الأسماك تقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية وتقضى على الجذورالحرة الضارة وتساعد فى شفاء القرحة وذلك لإحتوائها على زيت الأوميجا ٣ ومضادات الأكسدة.١٦..القسط الهندى وهو مفيد لأمراض كثيرة ومفيد لقرحة المعدة ...١٧.الشعير وهو غسول للبطن(للمعدة والأمعاء)..١٧.ورق الزيتون مفيد لأمراض كثيرة ومفيد لقرحة المعدة..١٨.تيليو+ينسون+كراويه

الممنوع ...القهوة والشاي الأسود والأدوية والحريفات والمخدرات والمسكنات



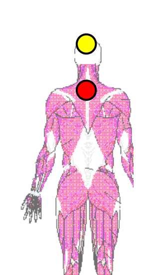


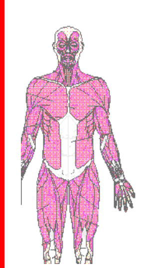
٢٦-السنطWart.الحبة السوداء.ثوم.تين.أناناس.صبارموضعيا

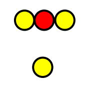
أورام حميدة تظهر في الجلد وهي صغيرة الحجم وتسببها الفيروسات وتنتشر بسهولة من مكان لأخروهي غيرمؤلمة ولكن ليست مريحة الشكل وتظهر في أجزاء مختلفة من الجسم وتكون في اليدين والقدمين والوجه والرقبة والرأس وتكون بنية اللون أورمادية اللون أو ذات لون أصفروتقل عن١سنتيميتر وتكون مستديرة ويمكن أن تؤدي الحلاقة إلى زيادتها والنوع التناسلي منها معدي وسببه الفيروس التناسلي human papilomavirus

العلاج...أ.الاعشاب والغذاء...١.مشروب الحبه السوداء والبروبليز مرتين يوميا حتى الشفاء...٢.تدليك السنط بالقشورالداخلية للموز أوالريحان لمدة دقائق ثم يتم فصل الطبقات الخارجية بالمشرط حتى تصل الى الطبقة الأكثر إحساسا..ثم يتم وضع قطعة صغيرة من التين البرشومي .أوقطعة صغيرة من الصبار.أو قطعة صغيرة من الاناناس.أوفص ثوم مهروس به زيت زيتون أو زيت خروع أوبدون زيت.ويتم وضعها ليلا على مكان السنط ويتم ربطها ويتم نزعها صباحا ويكرر ذلك حتى الشفاء..وتفسير ذلك..أن التين يحتوى على إنزيم الفيسين الذي يحلل البروتينات التى تكون السنط.والأناناس يحتوي على إنزيم البروملين الذي يحلل البروتينات التى تكون السنط...والثوم يكافح بقوة الإنتانات الفيروسية والبكتيرية وهو يقضى على الفيروسات والبكتريا...والصبارمضاد قوى للفيروسات والبكتريا ومنشط الدورة الدموية هذا العلاج لايترك أثرا مشوها على الجلدويقوى المناعة والدورة الدموية ولا يعود مرة أخرى مثل العلاج بالكى الكهربائى..ونتائج الحالات التى عالجتها ممتازة وتم الشفاءبفضل الله.

ب.الحجامة.. وتكون على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..لتقوية المناعة









٢٧...الحزام الناري (Herpes.Zoster).لدغ النحل

مرض جلدي يتميز بوجود طفح جلدي وألم شديد في طبقات الجلد ويسببة فيروس يسمى بفيروس الحزام الناري (الهربس زوستر) وهو أكثر شيوعا في منطقة الخصر مكان الحزام وشديد الألم وهو يأكل نهايات الأعصاب والجلد والطبقات التى تحت الجلد ويسبب ألام مثل ألم النار..وقد يأتي حاد وشديد

الشراسة فيسبب تأكل الجلد والطبقات التي تحت الجلد ويصل إلى العضلات وقد رأيت حالة لم أراها من قبل ولا من بعد شديدة جدا.وكان جلدالمريض قدتاكل والعضلات ظاهرة .وكاد يموت ألما.وكان قد حاول العلاج شهور دون شفاء...وأتم الله شفاءه خلال عشرون يوما.

العلاج...أ.الحجامة..تكون على مكان الألم.. ويمكن أن تزيدعلى الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتكون أولا قبل لدغ النحل إذا كان الجلد سليم وبه طفح فقط ويتم عمل الحجامة على أماكن الألم والطفح الجلدى.تعمل الحجامة على إخراج الإلتهابات وكرات الدم الحمراء ذات الشكل والحجم الغير طبيعي وذات التركيب التالف ومنهية العمر وتعمل الحجمامة على تنشيط الدورة الدموية بالمنطقة فتقل الإلتهابات.وتعمل الحجامة على رفع المناعة الذي يقتل الفيروسات والبكتريا والإلتهابات.وتكررالحجامة كل شهر حتى الشفاء....

ب...لدغ النحل.وهومفيدجدا.ويكون لدغ النحل بعد الحجامة.إذا بدأنا بالحجامة وكل الجلد سليم ويكون لدغ النحل قبل الحجامة اذا كان الجلد بة إلتهابات وبه رشح وإفرازات وغير سليم وكان الجلد متآكل فيتم لدغ النحل أولا حتى يتم شفاء الجلد ونبدأ بلدغة واحدة ونزيد العدد تدريجيا حتى تصل عدد اللدغات الى سبعة لدغات.ولدغ النحل مضاد فيروسى وبكتريى قوى جدا ومضاد للإلتهابات ويعمل على تنشيط الدورة الدموية والمناعة.

ب...الغذاء والاعشـاب والـدهانات...١.دهـان (البروبليـز+ زيـت الزيتـون +عسل النحل+القسط الهندى+الحنـة+ورق اليقطين)والبروبليزأحدمنتجات النحل وهو مضـاد فيروس قوي مـرة يوميـا...٢.دهان الصبار الطـازج مرة يوميا وهو مضاد فيروسي قوي ومضاد للالتهابات ويعيد بنا للأنسجة بقوة...٣.الكرات.مضاد فيروسـى قـوى...٤.المـوز.مصـدر غنـي بالبوتاسـيوم ويحتـوي علـى مثبط إنـزيم البروتيزالذي يقتل البكتريا الضـارة ويفرز مـادة مخاطيـة هلاميـة واقيـة...٤.عرق السـوس .وهـو يحتـوي علـى مـواد مضـادة للالتهابـات.ويقلـل منـة ذوي الضـغط المرتفع...٥.البطاطس .تحتوي على فيتامين سي والبوتاسيوم ومـادة الكوروجين التي تمتص المواد السامة مثل مادة البنزوبيرين المسرطنة وتكـافح الجذور الحرة بالجسم وتحتـوي علـى مضـادات أكسـدة قويـة ...٦.القرنفل.مشروب جميل وهـو مضاد فيروس قوي ويحتوي على مادة اليوجينول المفيدة...أتم اللة شـفاء الحـالات التى عالجتها وكانت النتائج ممتازة بفضل الله.



٢٨...النـاصور الشرجى(Anal fistula)..والكى والصبار

فتحة صغيرة بجوار فتحة الشرج وتسبب آلام وخروج إفرازات صديدية .

العلاج ...أ.الكى..ويتم حقن البنج الموضعى حول الناصور.ويتم الكى علية لعمق ١سم إلى٢سم.ويتم وضـع البروبليز فيـة والصبـار.ويعمل الكى علـى إزلـة الأنسـجة التالفـة وتجديـد أنسـجة لـهـا القـدرة علـى الألتئـام وينشـط الكـى الـدورة الدموية والمناعة وهومفيدجدا

ب...الحجامة...على الناصور ويتم عمل تشريط خفيف على الناصور نفسه ويتم عمل الحجامة حتى يتم تفريغ الناصور من الصديد تماما.ويتم ملئة بالصبار.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتكررحتى الشفاء.

ب...الصبار.دهان السائل الزلالى للصبارعلى الناصور٣مرات يومياحتى الشفاء

ج.لدغ النحل.على الناصور نفسه قد يفيد

د...الاعشاب والغذاء...١..الزعتر.مشروب مرة يوميا.يحتوى الزعتر على مواد مهرة ومواد قاتلة للفيروسات والبكتريا..٣.الكركم والثوم والقسط الهندى

ممنوع...المعلبات والمياه الغازية والمواد الحافظة والسكر والحلويات



٢٩ ...الشرخ الشرجى.الحجامة علاجة الكى ودهان الصبار حتى الشفاء

هو جرح أو شق في جلد الشرج ويصاحبه تقرح سطحي في الوجه الخلفي من الفوهة الشرجية مع امتداد خيطي رفيع داخل القناة ولهذا التقرح قاعدة تصل أحياناً إلى الألياف العضلية وحوافٍ سميكة تنسلخ في بعض الأحيان عن هذه القاعدة محدثة آلام شرجية حادة وخراريج صغيرة وغالباً الشرخ يكون أعلى أو أسفل فتحة الشرج وقد يتورم الجلد مكونا نتوءاً أو طية جلدية أما إذا كان الشرخ على احد جانبي فتحة الشرج فقد يكون هناك أسباب تحتاج إلى فحوصات..وهناك الكثير من الأسباب التي تؤدي لحدوث الشرخ الشرجي، ولكن في العادة ينشأ الشرخ من جرح سببه براز جاف صلب(الإمساك)أو من ناسور خارجي متجلط

ومتقرح.الإمساك المزمن.الحمل والولادة.الإصابة عن إدخال أداة أو أي شيء في الشرج مما ينتج عنها تمزق للشرج أوالإصابة عند إجراء عملية المنظار الشرجي أو الفحص الشرجي أو فحص الموجات الصوتية للبروستاتا عن طريق الشرج.والإسهال المزمن ويدخل ضمنها استخدام المسهلات لمدة طويلة.والحكة الشديدة التي ينتج عنها خدوش في الشرج في حالة الإصابة بالديدان.ومرض كرون (Crohn's,disease) وهو مرض يصيب الأمعاء.سرطان المستقيم.

وأنواع الشرخ الشرجي..١..شرخ حاد ويمكن علاجه بالدواء عن طريق المراهم الخاصة وتناول الملينات والأغذية الغنية بالألياف..٢..شرخ مزمن وهذا يحتاج إلى جراحة..وأعراض الشرخ الشرجي..يسبب الشرخ ألماً شديداً عند التبرز، وهذا الألم يمنع المصاب من التغوط أو إكمال العملية،ويجعله يمتنع عن تناول الطعام في بعض الأحيان،وهذا خطأ لأنه قد يؤدي إلى استمرار حالة الإمساك وبالتالي زيادة خشونة وصلابة البراز مما قد يؤدي إلى زيادة عمق القطع الشرجي أو تحويله من حالة حادة إلى حالة مزمنة.أحياناً ينزف الشرخ ويصبغ الملابس،ولكنه أقل من دم البواسير.وجود إفرازات ذات رائحة كريهة في الملابس الداخلية وقد يسبب الشرخ الشرجي حكة شرجية.وقد يصيب شرخ الشرج الأطفال ويستجيب تلقائيا لعلاج الإمساك،أما الكبار فقد يكفي في الحالات الحادة الراحة التامة والحمامات الدافئة وتليين البراز والمهدئات الموضعية أو اللجوء إلى الجراحة لإزالة الشق المتقرح ويعتمد تشخيص الشرخ الشرجي على شكوى المصاب وتاريخه المرضي،وقد يلجأ الطبيب لفحص منطقة الشرج باستخدام الأصبع (exam Digital rectal)، أو باستخدام المنظار الشرجي (Anoscopy)، وفي حالة الآلام الشديدة وعدم قدرة المريض على التحمل يكتفي الطبيب بالمعاينة الخارجية،وإن كان الشرخ على احد جانبي فتحة الشرج فيكون هناك أسباب تحتاج إلى فحوصات ومعاينة من قبل المختص وفي حالة علاج الشرخ الشرجي في بداية حدوثه فأن نسبة الشفاء تكون كبيرة ولكن في حالة إهماله قد يتطور الشرخ الشرجي وتحدث مضاعفات منها تطورالشرخ الشرجي لشرخ مزمن بسبب منع وصول وتدفق الدم للجرح وتضيق فتحة الشرج مع تكون ندبات (Anal stenosis) زوائد جلدية وناصور شرجي (Anal fistula) وتظهرأعراض فقرالدم(الأنيميا)خصوصاً في الحالات المزمنة عند الإناث البالغات وأحياناً تحدث مضاعفات كثيرة بسبب الأدوية المستخدمة في علاج الشرخ الشرجي.وأهم أساليب الوقاية من الشرخ الشرجي تجنب الإمساك الغذاء كثير الألياف.وشرب المياه بكثرة.نظافة الشرج بالماء الدافئ دون استخدام الصابون المهيج.الذهاب لدورة المياه بانتظام(لان عدم الذهاب في الوقت المناسب وكبت الرغبة يجعل الفضلات تمكث فترة أطول في الأمعاء الغليظة والمستقيم وهو مايفقدها المزيد من المياه مما يعنى جعلها أكثرجفافا وصلابة ويزيد فرصة جرحها للقناة الشرجية).المشي يومياً.

العلاج :..أ.الكى..يتم رش المخدر الموضعى على مكان الشرخ ويتم عمل كى علية ويتم دهان المكان بالصباروالبروبليزوالعسل

ب... الحجامة..أسفل العمود الفقرى ويمينها ويسارها..ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدر من الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزية L4.5..S1 وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض.وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق الدم إلى عضلة القلب مما يؤدى إلى زيادة كفاءة عضلة القلب وبذلك تقل الصفائح الدموية التالفة المترسبة على جدران الأوعية الدموية من الداخل وكذلك تقل كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتالفة فى التركيب وتقل كرات الدم الحمراء الهرمة منتهية العمر التى تترسب على جدران الأوعية الدموية من الداخل وتسبب ضيقها وتعمل الحجامة إفراز مادة أكسيد النيتريك NO والإنكفالين والمورفين والإندورفين وتقل الجلطات المترسبة بالدم وتخرج المواد المسببه للمرض والوفاه

ج...الغذاء والأعشاب...١.زيت الصبار+زيت الزيتون+زيت اليقطين+البروبليز والعسل على المكان نفسه

١...البصل والثوم والكركم والزعتر والبروبليز والقسط الهندى والبحرى والكافور مضادات حيويه قويه وفعاله شرابا ودهانا

٢...العنب لتقليل الإمساك



٣٠.الذبحة الصدرية.وقصورالشريان التاجى.وجلطات القلب

ألم يحدث في الصدر ينتج عن عدم وصول كمية كافية من الاكسجين إلى عضلة القلب ويصل الألم إلى الكتف الأيسر.والذراع الأيسر.الفك.الظهر.البلعوم.الذراع الأيمن.وقد يكون الألم أعلى البطن ويتم تشخيصة على أنة ألم حادبالمعدة.ويستمرالآلم عشرون دقيقة ويزداد مع التعب والجهد ويقل مع الراحة وأهم أسبابه ترسب الكوليستيرول والدهون وكرات الدم الحمراء التالفة والصفائح الدموية بالأوعية الدموية وخاصة الشرايين التاجية المغذية لعضلة القلب وبذلك تقل كمية الدم التى تصل إلى عضلة القلب مما يسبب موت بعض الخلايا فى عضلة القلب فى حالة حدوث الجلطات.وجلطة القلب غالبا يصاحبها ألم يستمرلساعات وربمامعة ترجيع وعرق شديد.وتصلب الشرايين

وضيقها.والتدخين.أحدالأسباب.حيث تتراكم الصفائح الدموية والكوليستيرول والدهون داخل الاوعية الموية فنفقدها مرونتها وتضيقها.والعلاج التقليدي لها أقراص النيتروجلسرين والأسبرين.ومانعات البيتا.وموقفات قنوات الكالسيوم ومذيب الجلطات.

العلاج :..أ.الحجامة.. على القلب من الأمام.أعلى حلمة الثدى الأيسرإلى الداخل جهة خط منتصف الجسم.. وتزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق الدم إلى عضلة القلب مما يؤدى إلى زيادة كفاءة عضلة القلب وبذلك تقل الصفائح الدموية التالفة المترسبة على جدران الأوعية الدموية من الداخل وكذلك تقل كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتالفة فى التركيب وتقل كرات الدم الحمراء الهرمة منتهية العمر التى تترسب على جدران الأوعية الدموية من الداخل وتسبب ضيقها.وتعمل الحجامة إفراز مادة أكسيد النيتريك NO والإنكفالين والمورفين والإندورفين وتقل الجلطات المترسبة بالدم

وقد قمت بعمل الحجامة على القلب لمرضى الذبذبة الأذينية وبعدها عاد القلب يضرب بانتظام

ب...لدغ النحل : يكون فوق وأسفل ويمين حلمة الصدر الايسر حول القلب.وتعمل المادة الموجودة فى لدغ النحل على تنشيط الدورة الدموية وإذابة الجلطات الموجودة بالدم

ج...الغذاء والأعشاب...١...ورق الزيتون يساعد على حرق الدهون والكوليستيرول وتغذية ورفع كفاءة عضلة القلب وزيادة نشاط الدورة الدموية وتخسيس الجسم وتقوية المناعه وضبط الضغط والسكروالكلى وعلاج الخمول

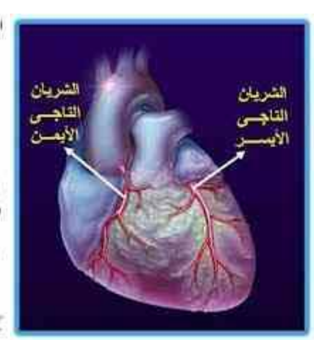
٢...ورق الزيتون والشعير مغليا صباحا ومساء...يقللان الدهون الثلاثية والكوليستيرول والجذور الحرة الضارة بالخلايا السليمة والشعير يحتوي على التوكوترينول وهي أحد أشكال فيتامين هـ القوية المضادة للأكسدة والمضادة للأجسام الحرة الضارة بخلايا الجسم.والشعيرغني بالسيلينيوم ومركبات الليجنان المفيدة للقلب والشعير غني بمادة البيتاجلوكان وهي الياف قابلة للذوبان وتتخذ مع الكوليستيرول وتخرج به من الجسم.ورق الزيتون يحتوي على مادة الألوروبين والبوليفينول ومضادات الأكسدة القوية التي تدمر الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم ولهم دور فى تقليل الكوليستيرول والدهون الثلاثيةالضارة...٣.الكركم.له القدرة على إذابة الجلطات وفك شفرات جينات القلب لإحتوائه على إنزيم الكركومين فهو يقاوم تصلب الشرايين ويقلل الدهون الثلاثية والكوليستيرول ويقضى على الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم السليمة وينشط الدورة الدموية والمناعة...٤.الكمثرى لها تأثير مفيد للقلب وقوى عضلة القلب

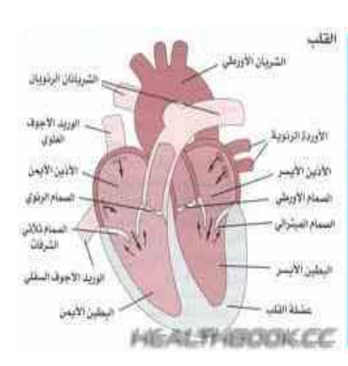
٥.الزنجبيل.مشروب جميل وهومضاد للأكسدة ويمنع حدوث الجلطات ويحمي الأوعية الدموية من الكوليستيرول الضار ويقضى على الجذور الحرة الضارة...٦...٧حبات خردل يوميا...وحمام خردل دافئ يتم تدليك القدمين به يوميا أومرتين في الإسبوع لمدة ربع ساعة.فهو ينشط الدورة الدموية والمناعة.يتم وضع ملعقتان خردل أو معلقة زيت خردل في ماء ساخن...٧.فص ثوم صباحا على الريق يقطع الى ثلاث قطع به زيوت طيار مثل الأليين والأليسين والأليناز

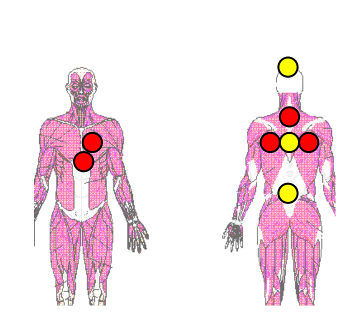
ومركبات مفيدة مثل الجاريسلين والدياليل ترايسلفايد والإس أليسيتين.لهم دورهام فى تقليل الكوليستيرول ومنع تكوين الجلطات ويعمل على تنشيط الدورة الدموية والقضاء على الجذور الحرة الضارة...٨.زيت الزيتون..زيت الزيتون زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة ويعمل على تقليل الإلتهابات وتقليل الدهون الثلاثية والكوليستيرول والقضاء على الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم السليمة وينشط الدورة الدموية والمناعة ويزيد من تدفق الدم لعضلة القلب.وذلك لإحتوائة على مضادات الأكسدة والفيتامينات ومادة الألوروبين المفيدة والبولى فينول...٩.الزبادي والافوكاتووالبروكلي والشوفان والبطاطس والسبانخ والموز والارز.لهم دور هام في إرخاء وإنبساط العضلات الملساء التي تبطن الاوعية الدموية وذلك لإحتوائهم على الماغنسيوم...١٠.المأكولات البحرية والحبوب الكاملة والبيض ولهم دورهام في حماية القلب لإحتوائهم على السلينيوم الهام...١١.الاسماك والماكريل والسالمون والتونة.لإحتوائهم على كمية كبيرة من زيت الاوميجا٣ومضادات الأكسدة التي تدمروتقضى على الجذور الحرة الضارة بخلايا الجسم...١٢.البصل والتفاح .لهم القدرة على تقليل الكوليستيرول ويمنع الجلطات لإحتوائهم على الكوريستين وإنزيمات الدياستيز والأوكسيديز...١٣.السبانخ والذرة وعباد الشمس وفول الصويا والمكسرات والقمح.لهم دور مفيد فى تدفق الدم إلى عضلة القلب ومنع تكوين الجلطات.وذلك لإحتوائهم على التوكوترينولات وهي أحد أشكال فيتامين هـ القوية المضادة للاكسدة والتى تقضى على الأجسام الحرة الضارة بالجسم...١٤.السوداني بقشره الأحمر الداخلي لإحتوائه على حمض الأرجينين الذي يتحول إلى أكسيد النيتريك الذي له دور فعال فى توسيع الأوعية الدموية ويحتوي أيضا على مضادات الأكسدة وفيتامين هـ...١٥.التمر.يعمل على تقليل الدهون الثلاثية والكوليستيرول وطرد السموم من الجسم وتغذية خلايا الجسم...١٦الرجلة.لإحتوائها على مضادات الأكسدة والأوميجا٣.تقضى على الجذورالحرة الضارة وتقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية...١٧.الخلة.لها دور هام في علاج الذبحة الصدرية وتنشيط

الدورة الدموية وزيادة تدفق الدم إلى عضلة القلب...١٨.بذور الكتان مفيد جدا للقلب لإحتوائه على حمض الألفالينوليك الذي يحمي القلب...١٩.عصير الجزر.لاحتوائه على البيتا والألفاكاروتين ومضادات الأكسدة...٢٠.القرع العسلي.لإحتوائه على مادة الليوتين والزيكسانثين والبيتاكاروتين ومضادات الأكسدة التي لهم دور في حماية القلب...٢١.الرياضة لهامفيدة لتنشيط الدورة الدموية والمناعة وزيادة تدفق الدم لعضلة القلب

الممنوع .الدهون والمعلبات والسكر و الحلويات المصنوعة منة والمواد الحافظة والتدخين.كانت نتائج المرضى في هذا المرض ممتازة وقد أتم الله شفاء كل الحالات التي عالجتها.







٣١...برنامج لزيادة الوزن وعلاج النحافة..التمروالقثاء

نقص الوزن يعنى إنخفاض وزن الجسم بصورة تجعل الوزن بالكيلو جرام÷مربع الطول من ١٠٠ يكون أقل من ١٨%...مثال.شخص وزنه ٥٠ كجم وطوله ١٧٠سم فيكون.٥٠ ÷ ١،٧ × ١،٧ =١٧،٣% وهذا أقل من ١٨%والوزن المثالي هومن١٨% حتى٢٤%والوزن المثالي يعني رشاقة الجسم وقلة إصابته بالأمراض مثل أمراض الظهر والمفاصل والسكروالضغط والدهون والقلب والكلى وغيرذلك من الأمراض الأخرى.

العلاج...أ.الحجامة..تكون على البطن ما بين أسفل منتصف عظمة الصدر والسرة فالمنتصف لليسارقليلا.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وزيادة تدفق الدم إلى خلايا الجسم مما يؤدى إلى زيادة كفاءةعمل الخلايا.وتقل الصفائح الدموية التالفة المترسبة على جدران الأوعية الدموية من الداخل وكذلك تقل كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتالفة فى التركيب وتقل كرات الدم الحمراء الهرمة منتهية العمر التى تترسب على جدران الأوعية الدموية من الداخل والتى تسبب ضيقها.وتعمل الحجامة إفراز مادة أكسيد النيتريك NO والإنكفالين والمورفين والإندورفين وتقل الجلطات المترسبة بالدم وتحسن الهضم...يتم عمل تحاليل برازوعلاج الأميباوالجيارديا والديدان.

الغذاء والاعشاب...١..أكل التمر (البلح) بالقثاء(الخيارأوالأتة) بين الوجبات.وهذامن أهم المأكولات لمن يريدالسمنة..ورد عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه كان يأكل الرطب بالقثاء وروى عن عائشة رضي الله عنها قولها"سمنوني بكل شيء فلم أسمن، فسمنوني بالقثاء والرطب فسمنت"تحتوي على فيتامينات(أ، ب ، ج)والكالسيوم والفسفوروالحديد والكبريت والمنجنيز.وهو قلوي مبرد..قال ابن البيطارفي القثاء.أخف من الخياروأسرع هضماً وهو يبرد ويرطب،والقثاء والخيار والقرع من

أغذية المحرورين ويضرالمبرودين وينبغي ألا يكثروا منه وهو بدون التمر يقلل الوزن ومع التمر يزيد الوزن ...ثبت فى((الصحيح))عنه صلى الله عليه وسلم:أنه قال ((مَن تَصبَّحَ بِسَبْعِ تَمَراتٍ))وفى لفظٍ((مِن تَمْرِ العَالية لم يَضُرَّه ذلك اليَوْمَ سُمٌ ولا سِحْرٌ)).وثبت عَنه أنه قال((بيتٌ لا تَمْرَ فيه جِيَاعٌ أهْلُهُ)).وثبتَ عنه صلى الله علية وسلم أنه أكل التَّمرَ بالزُّبدِ.وأكل التَمْرَ بالخبزوأكله مفرداً وهو حار فى الثانية..وهل هورَطب فى الأُولى.أو يابس فيها.على قولين.وهو مقوٍّ للكبد.ومُليِّن للطبع ويزيد فى الباه.ولا سِيَّما مع حَبِّ الصَّنَوْبرويُبرىء من خشونة الحلق ومن أكثر الثمار تغذيةً للبدن بما فيه من الجوهر الحار الرطب وأكلُه على الريق يقتُل الدود وأظهرت التحاليل بأن التمرالجاف فيه ٧٠,٦%كربوهيدرات٢,٥%دهنون٣٣% من الماء.و١,٣٢%من الأملاح المعدنية،١٠%من الألياف.والكورامين.وفيتامينات أ.ب١.ب٢.ج.ومن البروتين والسكروالزيت.والكالسيوم والحديد والفسفوروالكبريت والبوتاسيوم والمنغنيز والكلورين والنحاس ومركبات البيتاجلوكان المفيدة والمضادة للأكسدة والسليلوز المعالج للإمساك وحمض التربتوفان والبرولاكتين الطبيعى ويعمل على ضبط السيروتونين.والتمرذو قيمة غذائية عظيمة وهومقوي للعضلات والأعصاب ويؤخرالشيخوخة وهو مع القثاء يزيد الوزن ولكن وحدة ينفع فى تقليل الوزن ٢.فول الصويا الصوياغنياً بفيتامينات (ب١،ب٢،ب٦) وفيتامين (هـ). بالإضافة إلى المعادن مثل الماغنسيوم والكالسيوم..ويحتو على الأيزوفلافونز وهي ماده طبيعيه تحارب مرض السرطان وهشاشة العظام وينشط المناعة والدورة الدموية وينشط الأعصاب والعضلات ويزيدالوزن ويجعل الجلد حيوى وجذاب والشعر أكثر كثافة...٣.الحلبة بالبذورمشروبا أو منبته لانها لها دور في تنشيط الكلى وزيادة الشهية للطعام...٤.النعناع أواليِنسون.من المشروبات التي لها دوركبير في تنشيط الكلى وزيادة الشهية للطعام...٥.المآكولات المقلية بالسمن البقري إن أمكن مثل البطاطس والبيض وغير ذلك فالمقليات تزيد من السعرات الحرارية...٦.الزبيب والمكسرات والتين والسمسم وحب العزيز والقشطة وفول

الصويا.تأكل ما تحب من هؤلاء لما فيهم من السعرات الحرارية العالية...٧.كوب عصير فاكهة طبيعي مثل الموزوالتين أوغيره بالعسل بعد الأكل.٨.مشروب عرق السوس يوميا لغيرذوي الضغط المرتفع.٩...الخروب وهو يفيد أكثر إذا تم نقعه ويكون عصيرا.١٠...حب العزيز.يسمن الجسم لأنة يحتوي على٣٠%زيت،٢٨% نشا وسكروز وبروتين.

الممنوع...المآكولات المشوية والمسلوقة وذلك لقلة السعرات الحرارية بها والمياه الغازية لما لها من أضرار كثيرة.لا تأكل الفاكهة ولكن إصنع منها عصيرا بالعسل لأن أكل الفاكهة ثمارا يعطى سعرات حرارية قليلة وذلك لأن أكل الفاكهة يحتاج إلى عملية المضغ والهضم والمضغ والهضم يحتاجان إلى طاقة والطاقة تستهلك السعرات الحرارية.وعصيرالفاكهة نفسها يعطى سعرات حرارية أكثر وذلك لأن العصيريمتص مباشرة.تقليل السلطات وقت الأكل.كانت النتائج ممتازة مع الحالات التي عالجتها بفضل الله .



٣٢- برنامج لتخسيس الوزن..علاج السمنة

روى فى المسند وغيرة عن النبى صلى الله علية وسلم أنه قال (ما ملأإبن أدم وعاء شرا من بطن.بحسب ابن أدم لقيمات يقمن صلبة.فإن كان لابد فاعلا.فثلث لطعامة وثلث لشرابة وثلث لنفسة)وزيادة الوزن تعي أن يزيد الوزن عن ٢٦% وذلك بداية السمنة وتقدر كالأتي.الوزن بالكيلوجرام ÷مربع الطول من ١٠٠ يكون أكثر من ٢٦%....مثال:فتاه وزنها ٩٠كجم وطولها ١٧٠سم = ٩٠ ÷١،٧×١،٧ = ٣١,١٤١٨٦ % وهذا أكثرمن ٢٦%ومعدل السمنة من ٢٦%حتى ٣٥% والسمنة المفرطة ٣٦% حتى ٤٥%..وأكثر

من ٤٥% سمنة مميـة...وأضرار السمنة أنها مصدر للأمـراض مثـل السـكر لكثـرة الـدهون بالجسـم التـي تتلـف عمـل الإنسـولين وتسـبب أمـراض المفاصل.الظهر.القلب.الكبد.ضيق التنفس.الضغط المرتفع.يتم تحليل الغدة الدرقية

الـعـــلاج :أ...الحجامـة.. وتكـون عـلى الكـاهـل C7الفقـرة السـابعة العنقيـة.وأمـام منتصـف الصـدرمن الخلـف علـى T7 الفقـرة السـابعة الصـدرية لأعلـى.ويمينهاويسـارها علـى مسـافه ٥سـم.أمـام حلمتـى الصـدرمن الخلـف لأعلـى.وأسـفل الظهرعلـى الفقـرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1.وعلى اليـافوخ بـالرأس وهـو منتصـف الـرأس مـن أعلـى. وعلى الصدر بين الحلمتين من الأمـام.تعمل الحجامـة ضبط معدل الشـهية للطعام وعلـى تنشيط الـدورة الدمويـة والمناعـة وزيـادة تـدفق الـدم لخلايـا الجسـم وتقل الصـفائح الدمويـة التالفـة المترسـبة علـى جـدران الأوعيـة الدمويـة مـن الـداخل وكذلك تقل كرات الدم الحمـراء التالفة فى الشكل والحجم والتالفة فى التركيب وتقل كرات الدم الحمراءالهرمة منتهية العمر التـى تترسـب علـى جدران الأوعيـة الدموية من الداخل وتسبب ضيقها.وتعمل الحجامة إفرازمادة أكسيد النيتريك NO والإنكفالين والمورفين والإندورفين.

ب.البرنــامج الغــذائي... ١.لترأونصــف مــاء فقــط أوعصــيرأنـاناس طبيعــى أوعصيرليمون يوميا قبل كل أكل بـدون سكر..يقطع الأنـانـاس إلـى خمس قطع كل قطعة على لترأونصف مع ٣ ليمونـات بـدون سكر يوميـا...٢.عليك أن تغلـى واحد مـن الأعشـاب الاتيـة (ورق الزيتـون..الشـوفان..القرفـة..النعنـاع.المريميـة.أوراق الكرنـب.الشـاي.الهيـل.الفلفـل.الكمـون.الروزمـاري.بـذرقاطونا.بذررجلـة.الشـاي الاخضر.الكرفس.البقدونس.الزنجبيل.البردقوش.الشعير.الشمر.الخميرة الجافة) وتـأخـذ ملعقـة صـغيرة مـن إحـدى الأعشـاب مـع ملعقـة مـن السـنامكة وتسـتعمل السنامكة يوم ويتم إيقافها يوم لأنها ملينـة كثيرا.... **ورق الزيتون لـه دور مفيد فـى التخسـيس الكلـى والموضـعى وضـبط السـكر والضـغط وتقليـل الـدهون الثلاثيـة**

والكوليستيرول وتقليل دهون الكبد وتنــشيط الــدورة الدمــوية والمنــاعة وحماية القلب والدورة الدموية من التجلطات وإزالـة الخلايا السرطانية من الجسم ورأيت له تأثيرعلى مرضى الضغط عجيب وعلى أمراض كثــيرة. ورق الـزيــتون شفاء لكثيـر مـن الأمـراض مثـل الفيروسـاتA.B.C.وتقليـل إلتهابـات الجسم والمعدة وإزالة الأمساك ومنظف للبطن من الفيروسـات والبكتريا والميكروبات والفطريات المـعوية.يقوى وينظف الأوعية الدموية ويذيد من تغذية عضلة القلب وعضلات الجسم ويمنع ضيق الشرايين وشرايين القلب خاصة...٣.الفاكهة قبل الاكل وليس بعد الاكل ...٤.طبقة سلطة مع الاكل + ملعقة خل التفـاح...٥.المـأكولات المشوية أو المسلوقة لأنـها قليلـة السـعرات الحراريـة..٦.المشى يويما لمدة سـاعة يحرق ٦٠٠ سعر حــــراري

التخسيس الموضعي :عمل كمادات مياه ساخنة بالزنجبيل مع السنامكة والليمون على الأماكن المراد تخسيسـها ويتم تدليكها لمدة ¼ ساعة يوميا...ولشد الترهلات بعد التخسيس..تدليك موضعي بخل التفاح والليمون يوميا لمدة ٥ دقائق ويفضل تخفيف الخل بالماء ويتم تدليكه .....والتخسيس فى ثلاث كلمات

١...نصف لترماءقبل الأكل...٢...سلطة خضراء مع الأكل...٣...المشى نصف ساعة يوميـــا...٤...مغلـــى ورق الزيتـــون أوالشمرأوالشـــاى الأخضـــرأوالليمون أوالبردقوش٣مرات ثلاث مرات يوميا بدون سكر

الممنوع :العصائر كلها لأنها ذات سعرات حرارية عالية.المياه الغازية ل.المـأكولات المقليــــــة.المحمـــــــرات لكثـــــرة الســـــعرات الحراريـــــة لأضـــــرارها بهــــا.التـــين.الـــبلح.العنـــب.الزبيـــب.السمســـم.فـــول الصــــويا.عـــرق السوس.السكر.الحلويات.المكسرات.وسيتم التخسيس ١كجم إسبوعيا تقريبا .

ولمن يهوى البرنامج الغذائي...برنامج – د-محمد أحمد – عيادة التوحيد للتخسيس

البرنامج الأول... (لابد من تحليل الغدة الدرقية)

الإسبوع الأول يوميا لمدة إسبوع

سلطة كثيرة +ماء كثير على الأقل ٣لتر يوميا + نوع واحد فاكهه من(البرتقال أو الموز أو التفاح أو الجوافة) ٧تمرات باليوم + مشروب الفينول بدون سكر

الإسبوع الثاني يوميا لمدة إسبوع

سلطة كثيرة +ماء كثير على الأقل ٣لتر يوميا + نوع واحد فاكهه من(البرتقال أو الموز أو التفاح أو الجوافة) بيضة مسلوقة + مشروب الفينول بدون سكر

الإسبوع الثالث يوميا لمدة إسبوع

سلطة كثيرة +ماء كثير على الأقل ٣لتر يوميا + نوع واحد فاكهه من(البرتقال أو الموز أو التفاح أو الجوافة) سمكة مشوية + مشروب الفينول بدون سكر

الإسبوع الرابع يوميا لمدة إسبوع

سلطة كثيرة +ماء كثير على الأقل ٣لتر يوميا + نوع واحد فاكهه من(البرتقال أو الموز أو التفاح أو الجوافة) ثمن فرخة مشوية + مشروب الفينول بدون سكر

البرنامج الثاني..الإسبوع الأول...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..بيضة مسلوقة.رغيف خبز سن.سلطة خضراء..٢..غداء..قطعة جبنة قريش أو منزوعة الدسم أقل من ٥٠ جرام.رغيف سن.سلطة خضراء..٣..عشاء..ثمرتين فاكهه.موز.رمان.برتقال.تفاح.جوافة

الإسبوع الثانى...إفطار ...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..قطعة جبنة قريش اقل من ٥٠ جرام.رغيف خبز سن.سلطة خضراء..٢..غداء..نصف طبق مكرونة مسلوق.سلطة خضراء..٣..عشاء..ثمرتين فاكهة.سلطة خضراء

الإسبوع الثالث...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١.إفطار..ثلاثة ملاعق فول بدون زيت.رغيف خبزسن.سلطة خضراء..٢..غداء..بيضة مسلوقة.طبق خضار سوتيه.سلطة خضراء..٣..عشاء..ثمرتين فاكهه وسلطة خضراء

الإسبوع الرابع...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..قطعة جبنة قريش او منزوعة الدسم أقل من ٥٠ جرام.رغيف سن ..٢..غداء..نصف طبق مكرونة مسلوقة.سلطة خضراء..٣..عشاء..ثمرتين فاكهة.سلطة خضراء

الإسبوع الخامس...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..بيضة مسلوقة.سلطة خضراء.٣ملاعق فول..٢..غداء..ربع كيلو سمك مشوي.ربع طبق أرزمسلوق.سلطة خضراء..٣..عشاء..ثمرتين فاكهه وسلطة خضراء

الإسبوع السادس...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..ثلاثة ملاعق فول.رغيف خبزسن.سلطة خضراء..٢..غداء..قطعة صغيرة من اللحم المشوي أوالمسلوق أقل من ٥٠ جرام.سلطة خضراء..٣..عشاء..كوب زبادى لايت.سلطة خضراء

الإسبوع السابع...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..زبادى لايت.سلطة خضراء..٢..غداء..ربع دجاج مشوي أو مسلوق..سلطة خضراء..٣..عشاء..بيضة مسلوقة رغيف خبز سن.سلطة خضراء

الإسبوع الثامن...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..قطعة جبنة قريش أقل من ٥٠جرام.رغيف خبزسن..٢..غداء..ربع كيلو سمك مشوى.سلطة خضراء..٣..عشاء..ثمرتين فاكهه وسلطة خضراء

الإسبوع التاسع...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..ثلاثة ملاعق فول.رغيف خبزسن.سلطة خضراء..٢..غداء..ربع دجاج مشوى.سلطة خضراء..٣..عشاء..طبق خضار سوتيه صغير. رغيف خبز سن

الإسبوع العاشر...إفطار...غداء...عشاء...يمكن أن تبدل الوجبات

١..إفطار..زبادى لايت.سلطة خضراء..٢..غداء..قطعة صغيرة من اللحم المشوي أوالمسلوق أقل من ٥٠ جرام..٣..عشاء..ثمرتين فاكهه. زبادى.سلطة خضراء

الإسـبوع الحـادى عشـر...إفطـار...غـداء...عشـاء...يمكـن أن تبـدل الوجبـات

١.إفطار..ثمرة بطاطا مشوية...٢.غداء..بيضة مسلوقة.رغيف خبز سن.سلطة خضراء.٣..عشاء..ثمرتين فاكهه.موز.رمان.برتقال.تفاح.جوافة

ج..نظام تخسيس وعلاج ووقايه..التمروالماء فقط .لمدة شـهرين متتامين

يمكن تثبيت الإفطار أو العشاء على ثمرتين فاكهه من الموز أو البرتقال أو التفاح مع السلطة الخضراء....ويمكن تثبيت الإفطار أو العشاء على زبادى وسلطة خضراء

الخلاصة..نصف الى لترماء+ليمون أوأناناس بدون سكرقبل الأكل- ونصف لتر ماء دافئ بعد الأكل بساعه..سلطة خضراءمع الأكل-المشى يوميا ساعه- مغلى ورق الزيتون .الشمر.الشاى الأخضر.الليمون .البردقوش .الأناناس٣مرات بدون سكر

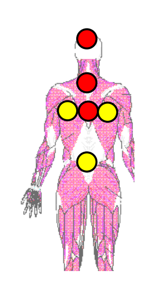


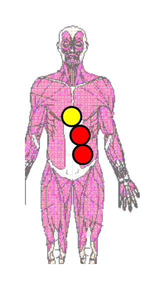
الممنوعات..السكروالحلويات..العصائر..المياه الغازية– الدهون – المقليات











٣٣...زيادة حجم الثدي الصغيرعندالنساء..الحلبة والشمروالسمسم وزيتهم

أ...حجامة منزلقة بدون تشريط بزيت الحلبة والشمروالسمسم والصويا بدون تشريط لمدة ٧دقائق.٣مرات يوميا..حيث يتم تنبيه الغدد الكثيرة التي توجد في الثدي فيزداد حجمها ويتم تكرارها كل يوم حتى الوصول إلى الحجم المناسب للثدى

ب...الاعشاب...١.الحلبة بالبذورمغلية أومنبته والمنبتة التى يتم وضعها في قليل من الماء ليلا ويتم أكلها صباحا أومشروب الحلبة بالبذور مرتين يوميا والأفضل أن تكون صحيحة غيرمطحونة .والحلبة تحتوي على مشابهات لهرمون الإستروجين الأنثوي.وتحتوي على مادة الديوسجينين التي لها تأثير منبة للغدد

بالثدي وتكبيرها...٢.الشمر يمكن شرابه بمفرده أومع الحلبه وله تأثير على تكبير الثدي حيث يحتوي على الإستروجين النباتي الذي له تأثير على تكبير حجم الثدي وتنشيط الغدد التى بالثدى...٣.زيت السمسم ينشط وينبة الغدد التى بالثدى ٤.فول الصويا...مفيد يوميا وكذلك زيت الصويا ينشط وينبة الغدد التى بالثدى ٥.البلميط المنشاري وهو بلح نخل الزينة.وهوالبلح الأسود الصغير إن أمكن ذلك...٦.البطاطا لإحتوائها على مادة الديوسجينين التي لها تأثير مباشر في تكبير حجم الثدي...٧.عسل النحل بغذاء الملكات لإحتوائه على الهرمونات التى تعمل عتى تنشيط الغدد التى بالثدى...٨.ملعقة صغيرة من الخميرة على كوب عصير لأنها تحتوي على ٤٢ مركب مفيد١٢ فيتامين و١٤ معدنا جوهرياو١٦ حمض.كانت نتائج الحالات ممتازة بفضل الله تعالى



٣٤...الثعلبة...لدغ النحل..التشريط وتدليكها بالثوم والبصل..كحل الإثمد

مرض بفروة الرأس تسببه الفطريات حيث يسقط جزء من شعر الرأس ويمتد إلى جذور الشعر المجاوروقد يكون بالحاجب واللحية وتكون العوامل النفسية أوالهرمونات.إختلال المناعة والوراثة.وقد تكون في الرأس كلها أو في بقعة صغيرة أو الرأس أوالجسم كله.

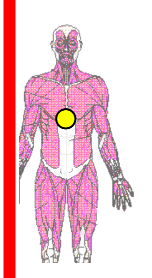
العلاج ... ١.الحجامة.كل إسبوع على المكان نفسه مع كثرة التشريط على منطقه الثعلبه نفسها.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس

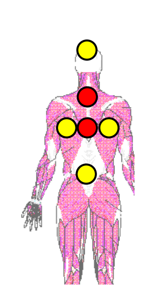
للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق الدم لخلايا الجسم.وبذلك تقل الصفائح الدموية التالفة المترسبة على جدران الأوعية الدموية من الداخل وكذلك تقل كرات الدم الحمراءالتالفة فى الشكل والحجم والتالفة فى التركيب وتقل كرات الدم الحمراء الهرمة منتهية العمر التى تترسب على جدران الأوعية الدموية من الداخل وتسبب ضيقها.وتعمل الحجامة على إفراز مادة أكسيد النيتريك NO والإنكفالين والمورفين والإندورفين وتقل الجلطات المترسبة حيث تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية في الجلد وتعمل على تغذية بصيلات الشعر وبذلك تمنع سقوطه وتمنع إنتشارالثعلبة للأماكن المجاورة وتعمل الحجامة على رفع مناعة الجسم وتعمل على تنظيم هرمونات الجسم وإخراج المواد الضارة والتالفة المترسبة تحت طبقات الجلد والتي يكون لها تأثير ضار على بصيلات الشعر.ويكررالتشريط على مكان الثعلبة كل ٣أيام حتى الشفاء.

٢...الدهانات.يتم دهان المنطقة المصابة بزيت الزيتون المحتوى على كثير من الثوم المهروس+ كحل الاثمد - ثلاث مرات يوميا مع التدليك...أوتدليك بالثوم والبصل ٣مات يوميا

٣...لدغ النحل ويكون على المكان نفسه ونبدأ بلدغه واحدة ونزيد العدد تدريجيا حتى نصل إلى ٥ لدغات أو أكثر وبين كل جلسة ثلاثة أيام حتى يتم الشفاء.وقد عالجت حالات كثيرة

الخلاصة..تشريط يومى.تدليك بالثوم والبصل وكحل الإثمد.لدغ النحل









٣٥...حساسية الصدر(الربو الشعبي)...علاجهاالقسط الهندى والبحرى

مرض يصيب الجهاز التنفسي والشعب الهوائية وتنقبض فيه الممرات التنفسية العليا والشعب الهوائيه ويؤدي إلى إصابة المريض بصفير وصعوبة في التنفس وفي الحالات الحادة والشديدة يشعرالمريض بإختناق ولا يستطيع المريض طرد زفير الهواء الذي استنشقه ويقال أن الوراثة لها دور فى حدوث المرض وزيادة إفراز الهستامين والملوثات البيئية والبرد والمناخ الرطب وغير ذلك وربما كان تراكم الجذور الحرة الضارة بالرئة سبب كبير فى حدوث المرض

العـــلاج...أ.الحجامة... وتكون على الصدربين حلمة الصدروعظمة الترقوة من الجانبين...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية

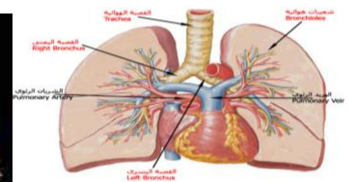
وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق الدم إلى الرئتين وبذلك تقل الصفائح الدموية التالفة المترسبة على جدران الأوعية الدموية من الداخل وتقل كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتالفة فى التركيب وتقل كرات الدم الحمراء الهرمة منتهية العمر التى تترسب على جدران الأوعية الدموية من الداخل وتسبب ضيقها.وتعمل الحجامة إفراز مادة أكسيد النيتريكNOوالإنكفالين والمورفين والإندورفين وتقل الجلطات المترسبة بالأوعية الدموية.وتعمل الحجامة على إفراز مادة اكسيد النتريك NO الذى يعمل على تنشيط الدورة الدموية في الرئتين مما يساعد على تقليل التقلص العضلي بالشعب الهوائية وبذلك تقل الإلتهابات ويقل الهستامين الذي يسبب حساسية وإنقباض الشعب الهوائية مما يسهل خروج ودخول الهواء.وتعمل الحجامة على تقليل الإفرازات التي تسبب إنسداد الشعب الهوائية.وتعمل الحجامه على زيادة إفراز الكورتيزون الذى له دور كبير فى توسيع الشعب الهوائيه..

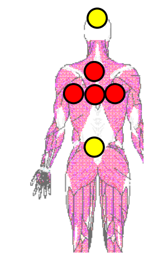
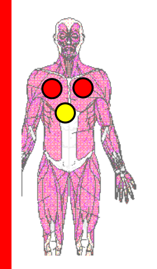
ب..لدغ النحل.ويكون على الرئتين من الأمام والخلف ونبدأ بلدغة واحدة فى الجلسه ألأولى ونزيدالعدد تدريجيا حتى تصل إلى٧لدغات ويتم اللدغ مرة كل ٣أيام

ج...الغذاء والاعشاب...١.القسط الهندى والبحرى.ينشط الدورة الدموية والمناعة ويشفى أمراض الجنب والجهاز التنفسى العلوى والسفلى والجيوب الأنفية واللوزتين والزورويفتت الحصوات وذلك لإحتوائة على مادة الهلينين

وحمـض البنزويـك ويعمـل علـى تقليـل الألتهابـات الرئويـة واتسـاع الممـرات الهوائيـة.٣مـرات يوميـا مغلياأومنقوعـا...٢.ورق الزيتـون مفيـد وموسـع للشـعب الهوائية بالرئتين..٣...اللبان الدكروالقرنفل والمغلى يفيد الشعب الهوائية بالرئتين ٤...فص ثوم صباحا ومساءا يقطع الى ثلاث قطع وهو يحتوى زيوت طيار مثل الاليين والاليسين وومركبات الـداليل ترايسلفايد والإس أليسيتين والجاريسيلين والتي لهم دور فى تنشيط الدورة الدموية بالرئة وتقليل الالتهابات...٥.الشمر.يقلل من الإلتهابات بالرئة لإحتوائه مادة الروتين والكالسيوم والبوتاسيوم ويحتوي على الألفـابينين والكريوسـول والتـي لهـم دور هـام فـي عـلاج الربـو...٦.البردقـوش.لـه خصائص موسعة للشـعب الهوائيـة ومضـادة للإلتهابـات...٧.الزنجبيل.يمنـع تكـوين الجلطات وذلك لأنه يمنـع تكـوين الثرومبوكسـين الـذي لـه دور فـي تكـوين الجلطـات ويقلـل الإلتهابـات عـن طريـق منـع تكـوين مـادة الهسـتامين التـي تسـبب الالتهابـات.ويعمـل الزنجبيـل علـى تنشـيط الـدورة الدمويـة بـالرئتين لإحتوائـه علـى الجنجيرول ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالرئتين والجسم...٨.بذر الكتان.له خصائص مكافحة للجذور الحرة الضارة ومضاد للبروستاجلاندين ويقلل الإلتهابات ويحسن وظائف الرئة...٩.الأسماك.لإحتوائها على الاوميجا ٣ التي تقلل الإلتهابات بالرئـة...١٠.عصـير البرتقـال والفلفـل البـارد والبروكلـى والبروكسـل والكرنـب والفراولة.لهم دور كبير فى القضاء على الجذور الحرة التي تتراكم في الرئة وذلك للإحتوائهم على فيتامين C المضاد للأكسدة...١١.القرنبيط والبروكلي والسبانخ والبليلـة.يعملـوا علـى إنبسـاط عضـلات الممـرات الهوائيـة للـرئتين وتقليـل الجـذور الحرة بالرئة لإحتوائهم على فيتـامين هـ المضـاد للأكسدة...١٢.النعنـاع .لـه تـأثير مضـاد للإلتهابـات ويعمـل علـى توسـيع الشـعب الهوائيـة عـن طريـق إسـترخاء العضلات التى بهـا...١٣.الشـاي الاخضـر .يعمـل علـى إنبسـاط العضـلات الرقيقـة الملسـاء التـي تـدعم الرئـة والقصـبة الهوائيـة ممـا يعمـل علـى تقليـل نوبـات الربـو والإلتهابـات بالرئــة وذلـك لإحتوائــه علــى الثيــوفيللين والبوليفينــول وهوجــالات الإيبيجالوكاتشن والتى تقضى على الجذورالحرة الضـارة...١٤.ملعقة صغيرة من

الخميرة على كوب عصيرتعمل على تقليل الإلتهابات وتوسيع الشعب الهوائيه وذلك لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد١٢ فيتامين و ١٤ معدنا جوهرياو١٦حمضا مفيدا...١٥.عرق السوس العشبي.يقلل منه ذوي الضغط المرتفع .يقضى على الجذور الحرة الضارة بالجسم ويقلل الإلتهابات وذلك لإحتوائه على مادة الجليسريزين المشابهة للكورتيزون الطبيعي...١٦.الحصالبان (الروزماري) وهو مضاد للتقلصات العضليه ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالجسم وينشط الدورة الدموية والمناعة ويقلل الإلتهابات...١٧.البابونج.يقضى على الجذور الحرة ويقلل الإلتهابات ويقلل حساسية الرئتين لأنه يحتوي على مادة الكامازولين المفيدة ويمنع تكوين الليوكوترين التي تسبب الإلتهابات...١٨.البصل والتفاح.مفيدان جدا للرئة لإحتوائهم على مادة الكوريستين والإنزيمات المفيدةمثل إنزيم الاوكسيدبز والدياستيتزوالاملاح المعدنية...١٩.السبانخ والبطاطس والزبادي والموزوالشوفان والبروكلي لإحتوائهم على الماغنسيوم الذي يقلل الإلتهابات في الرئة عن طريق منع تحلل خلايا المناعة والخلايا الليمفاوية في الرئة ويعمل على إنتاج البروستاسيكلين التى تقلل الإلتهابات...تناول ما تحب ممنوعات...المعلبات والمواد الحافظة لإحتوائها على مادة الكبريتيت الضارة بخلايا الجسم والرئة والخس والكوسة والخوخ والبيض والقرع العسلي والسكر



٣٦...الحروق: علاجة عسل النحل والصبار ومشروب القسط والكركم

يحترق جسم الإنسان لأي سبب ما مثل النار أو المياه الساخنة أو الكهرباء فالحروق تسبب تلف بخلايا الجلد وقد تكون الحروق حمراء اللون مؤلمة وبدون فقاقيع على أماكن الحروق ويزول خلال عشرة أيام وهذا حرق من حروق الدرجة الاولى.وأما حروق الدرجة الثانية فتكون إذا تكونت الفقاقيع التي تمتلا بالسوائل وهذه أكثر حدة وشدة من حروق الدرجة الأولى وحروق الدرجة الثالثة هي الأخطر فالجلد يتفحم ويكون لونه أبيض وهي خطيرة لأنه يحدث تلف بنهايات الأعصاب وتكون أقل ألما وأكثر ضررا وأكثر خطورة وأقل ألما لأن نهايات الأعصاب الإحساس قد تلفت .

العلاج ...أ.الغذاء والأعشاب والدهانات...١.الصبار.يتم وضع السائل اللزج الذي يوجد داخل الصبار في الحال على كل أجزاء الحروق٣ مرات يوميا حيث أن الصبار يعمل على تنشيط المناعة التي تقاوم البكتريا مما يسمح بالشفاء دون المضاعفات ويعمل الصبار على تنشيط الدورة الدموية الموضعية على الجلد مما يساعد في إسراع الشفاء للحروق .ويزيد الصبار من كمية الأكسجين للخلايا مما يساعد على تجديدها والصبار يقلل الإلتهابات والحكة والتورم ويقتل البكتريا الضارة وذلك لإحتوائه على مضادات للفيروسات والبكتريا ومواد تقلل الإلتهابات وملطفات ومسكنات موضوعية ويحتوي على إنزيمات المفيده مثل إنزيم الكربوكسى بيبتيديز والبرادي كينيزويعمل على إعادة بناء الأنسجة والخلايا **٢.العسل.يتم وضع العسل على الحروق بعد الصبارولمدة ساعة مرتين** يوميا وهو يعمل على تجديد الخلايا وقتل الميكروبات وإمتصاص الرطوبة التي تؤخر شفاء الحروق لإحتوائه على العكبر الذي له دور في قتل الفيروسات والبكترياويحتوي على بيروكسيد الهيدروجين الذي له خصائص المطهرات الموضعية ويوقف العسل الإلتهابات**.٣.البصل والثوم.أكل البصل والثوم أكثر من** ٣ مرات يوميا لأنه مضاد حيوي يقتل البكتريا ويوقف الإلتهابات**.٤.القسط** الهندى والبروبليز **٥.البيض.البليلة بالعسل .الزبادي.المكسرات.لإحتوائهم على الفيتامينات ومضادات** الأكسدة**.٦.-فول الصويا والذرة والسبانخ.لإحتوائهم على فيتامين هـ الذي يجدد** الخلايا ويساعد على إلتئامها**.٧.الكركم والبان الدكروالخميرةمضادات للحروق**



٣٧...رائحة النفس الكريه...السواك.ومشروب النعناع والقرنفل

غالب ما تسببه البكتريا ليلا أو أثناء النوم حيث أن الفم يحتوى على البكتريا التى تسبب الرائحه الكريهة وأثناء النهار يكون اللعاب غني بالأكسجين الذى يطهر الفم ويقلل من نشاط البكتريا.لكن يقل إفراز اللعاب ليلا ويتحول الوسط داخل الفم من قليل الحمضية إلى قليل القلوية مما يساعد على نمو البكتريا التي تسبب النفس الكريه أو رائحة الفم الكريه ولكن قد يكون النفس الكريه مرحلة ثانوية لأمراض كثيرة مثل التليف الكبدي أو مرض السكر والفشل الكلوي والسرطان وإن وجدت أن النفس الكريه لا يفارقك فحاول فحص الجسم عن طريق طبيب متخصص

العـــــــــلاج...أ.الأعشـــــــــاب...١.غســول الأســنان بالفرشــاه مــن مطحون(الأراك.والنعناع.والقرنفل والقرفة) أو أحدهم

الأراك (هوالسواك ويضاف له النعناع والقرنفل أو واحد من الثلاثة فالأراك يطهر الفم وهو مضاد فيروسي وبكتيري وفطري وله خصائص مطهرة والأراك يقضي علـى الفيروسـات والبكتريـا والفطريـات الضـارة بـالفم دون الضـرر على البكتريـا النـافعة بالفم خلاف معجون الاسنان الـذي لـه أضرار كثيـرة...٢.مشوب الريحان مـع القرنفل.قليـل مـن ورق الريحـان وقليـل مـن القرنفـل .يطهـران الفـم ويقـتلان البكتريــــا والفيروســـــات والفطريــــات لإحتــــوائهم علــــى مــــادة الســــينيول المطهـرة...٣.مشروب القرفـة أوالمريميـة.لهمـا خصـائص مطهـرة للفم ومضـادة للبكتريـــا والفيروســـــات لإحتـــوائهم علـــى مـــادة الســـينيول المطهـــرة...٤.أكـــل الكـرفس.الشـبت لإحتـوائهم علـى مـواد مطهـرة للفـم ولأن الشـبت يحتـوي علـى الكلوروفيل المفيد...٥.الحبهان .مطهر للفم قاتل للفيروسات والبكتريا والفطريـات لأنـه غنـي بمادة السينيول المطهرة...٦.البقدونس الأخضر.لانـه غنـي بالكلوروفيل المطهـر للفـم...٧.النعنــاع - مشـروب اكثـر مـن رائـع ومطهـر قـوي للفـم وقاتـل للفيروسات والبكتريا لاحتوائه على السينيول وهومطهرللفم مع القرنفل والأراك

ب... الحجـــــامة....عـلـى الكـاهـلC7الفقـرة السـابعة العنقيـة وهـى الفقـرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحنـاء الـرأس للأمـام...وأمـام منتصـف الصدرمن الخلـف علـى T7 الفقـرة السـابعة الصـدرية لأعلـى وهـى علـى العمـود الفقـرى مـابين أسـفل عظمتـى اللـوح مـن جهـة الظهـر...ويمينهـا ويسـارها علـى مسـافه ٥سم أمام حلمتى الصـدرمن الخلـف لأعلـى...وأسفل الظهرعلى الفقـرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتـى الحـوض...وعلـى اليـافوخ بـالرأس وهـو

منتصـف الـرأس مـن أعلـى...وعلـى الصـدر بـين حلمتيـى الصـدر مـن الأمـام



٣٨...خشونـة وغضروف وآلام الظهروالرقبة.الحجامة والكى.الخميرة

عدد فقرات العمود الفقري للانسان هو ٣٣ فقرة ٧ فقرات عنقية موجودة في منطقة العنق (الرقبة) ليرتكز عليها الرأس و١٢ فقرة صدرية يرتكز عليها القفص الصدري من الخلف ٥ فقرات قطنية في منطقة البطن ٥ فقرات جذعيّة موجـودة فـي منطقـة الجـذع ملتحمـة بجوانـب ذات شـكل مفلطـح ٤ فقـرات عصعصيّة صغيرة الحجم ملتحمة في نهاية العمود الفقري، وتسمّى بالعصعص وأهميـة العمـود الفقـري يحـافظ علـى الأعصـاب الموجـودة داخلـه ويحـافظ علـى

النخاع الشوكي الذي يمتدّ فيه ويحافظ على القلب والرئتين، وذلك لأنّ القفص الصدري يتصل بهما من الخلف ويحافظ على استقامة الجزء العلويّ من الإنسان مما يمكّنه من الحركة بشكل أسهل وأكثر مرونة

والخشونة تكون نتيجة تأكل الغضاريف التي تكون بين العظام وتكون لقلة الدورة الدموية وكبرالسن أوالأمراض الأخرى مثل (الروماتويد.والزنبة الحمراء وغير ذلك ويحدث ألم شديد بالفقرات وقد يحدث ضمور وضعف بالعضلات وضغط على الأعصاب فيحدث تنميل وقد يقل الإحساس أو يحدث ثقل الحركة وقد يحدث تقلصات عضلية أو صداع بالرأس . وتحدث الخشونة لقلة الماء والسائل اللزج داخل الفقرات ويقل إفراز السائل السينوفى داخل الفقرات..وقد يأتي الغضروف لحمل أثقال كثيرة أوالنوم على أماكن غير مستويه ويحدث ضغط على الأعصاب فيحدث تنميل بالاطراف .

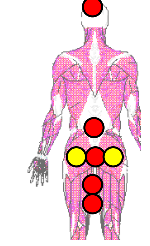
العلاج...أ.الحجامة..تكون على أماكن الآلم...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وتكرركل شهر حتى يتم الشفاء وتعمل الحجامة على إبطاء تآكل الغضاريف والفقرات وذلك لأن الحجامة تعمل على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وتقليل الإحتقان الدموي بين الفقرات وتعمل الحجامة على إخراج المادة التي تسبب الآلم وتسمى البروستاجلاندين والبراديكينين والليوكوتريين ويفرز المخ أثناء الحجامةالإنكفالين والإندورفين والمورفين

والكورتيزون والنيكوتين وأكسيدالنيتريك.NOولهم دور في تسكين ألآلم وتعمل مادة اكسيد النيزيك على نقل الإنكفالين والإندورفين وبذلك يقل الآلم

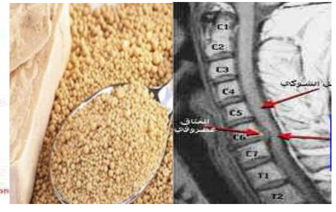
ب...لدغ النحل.ويكون على أماكن الآلم ونبدأ بلدغه واحدة ونزيد العدد تدريجيا حتى نصل إلى ٧ لدغات ويتم اللدغ كل ثلاثة أيام ويعمل لدغ النحل على تنشيط الدورة الدمويه والمناعة وتقليل الإلتهابات

ج...الأعشاب والغذاء...١.كمادات بالماء الساخن والزنجبيل على أماكن الآلم.يعمل الزنجبيل على تنشيط الدورة الدموية وتسكين الآلم.مشروب الزنجبيل مرة أوأكثر يوميا...٢.النعناع لإحتوائه على المنتول والكافور لتسكين الآلم...٣.الفلفل الاحمرالبارد لإحتوائه على مادة الكابساسين الهامة التى تقلل الإلتهابات وتسكن الألم...٤.الصفصاف.يستعمل ورق الصفصاف لعلاج الآلم لاحتوائه على ميثيل ساليسيلات المسكنة للآلم...٥.حب الرشاد ٣مرات يوميا

د...الكـــــى. بة شفاء عجيب.ويتم الكى على أماكن الغضروف والألم ويتم تنظيف الكى بزيت الزيتون والمطهرحتى الشفاء.أتم الله شفاءالحالات التي عالجتها







٣٩...شلل الوجه.شلل بل Bell's Palsy..الحجامة والنحل والخميرة وعرق السوس

إلتهاب يحدث في العصب السابع الذي يغذي نصف الوجه وينتج عنه شلل في نصف الوجه الذى يغذية هذا العصب وهو حاله ضعف مؤقته وقديصبح مزمنا.يصيب عصب الوجه ويحدث شلل أو ضعف عضلات الوجه وتنميل وجفاف العين والفم وألم شد بالوجه ويسبب دموع التماسيح.وهو البكاء التلقائي بدون سبب ويعجز الشخص عن تحريك الحاجبين بإنتظام ويعجز عن الإبتسامة.ويحدث

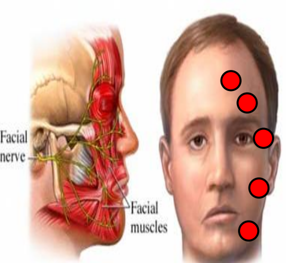
نتيجـة إصـابة فيروسـية.مثـل فيـروس هـربس وإلتهـاب الأذن الوسـطى وضـعف المناعة والتيارات الهوائية الباردة ونزيف المخ ويحدث تورم حول العصب وضغط عليـه ممـا يـؤدي الـى بطء وإعاقة مـرور الإشـارات العصبية ويحدث ذلك لقصـور الدورة الدموية وعليك أن تسأل المريض على أن يقوم بـالنفخ بـالفم مع غلق الفم وتغميض عينية .فالجهة المريضة من الفم يخرج منها الهواء عند نفخ المريض الهواء من الفم.ويصعب تغميض العين بهذة الجهة المريضة

الـعـــــــــلاج...أ.الحجامـة...علـى نصف الوجة المصاب وخلف الأذن..

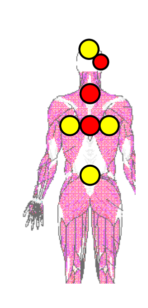
ويمكن أن تزيد علـى الكـاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيـرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السـابعة الصدرية لأعلـى وهـى علـى العمـود الفقـرى مـابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مســافه ٥سم أمـام حلمتـى الصـدرمن الخلـف لأعلـى...وأسفل الظهرعلـى الفقرات الرابعة والخامسة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتى الحـوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الـرأس من أعلـى...وعلـى الصـدر بـين حلمتيـى الصـدر مـن الأمـام..وتكررعلـى الوجـة كـل إسـبوعين.وتعمـل الحجامـة علـى تقليل الإلتهابـات وتنشيط الـدورة الدمويـة ممـا يسـاعد علـى إعـادة تغذية الخلايا ورجوع الحركة ولا يحدث ضمور.ويخـرج أثنـاء التشريط والحجامة الإنكفالين والإنـدورفين والمـورفين والكـورتيزون ومـادة أكسيد النيتريكNO التـي تقلـل الـورم حـول العصـب وتقلـل الضـغط عليـه ويكـون التشـريط ضـعيف أووخـز بالمشرط والتشريط يكون في إتجاه تجاعيد الوجه

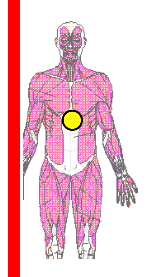
ب.لدغ النحل.ويكون على نصف الوجه المصاب ونبدأ بلدغة واحدة ونزيد العدد **تدريجيا حتى تصل إلـى ٥ لـدغات واللدغ يكون كل ٣ أيـام وقد يحدث ورم بسبب اللدغ وهذا طبيعي .**

ج...الأعشاب والغذاء والدهانات...١.تدليك موضعي صباحا ومساءا بالماء الدافئ المحتوىعلى القرنفل أو زيت القرنفل والنعناع أوزيت النعناع لمدة ¼ ساعة...٢.اللبان الدكروعرق السوس العشبي.يقلل منه ذوي الضغط العالي يقلل الإلتهابات لإحتوائه على الجليسريزين المشابه للكورتيزون الطبيعي...٣.ملعقة صغيرة من الخميرة على كوب عصيرتعمل على تقليل الإلتهابات وتنشيط الدورة الدموية والمناعةوذلك لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد١٢ فيتامين و١٤ معدنا جوهرياو١٦حمضا مفيد...أتم الله شفاء كل الحالات التي عالجتها بفضل الله









٤٠...حصوات المرارة وإلتهابات المرارة..القسط+ورق الزيتون+الكركم

المرارة عضو صغير أسفل الجانب الأيمن للكبد وهي مخزن الصفراء وهو سائل بني يميل إلى الصفرة.ينتجه الكبد وتفرزها المرارة فى الأمعاء الدقيقة للمساعدة في الهضم وهضم الدهون خاصة.تتصل المرارة بالكبد بالأمعاء الدقيقة خلال القنوات المرارية وغالبا ما يكون زيادة الكوليستيرول له دور في الإلتهابات

وحصوات المرارة.والعادات الغذائية السيئة وزيارة الإستروجين وزيادة الكاليسوم.وزيادة صبغة البيليروبين.وتشتمل أعراض إلتهابات وحصوات المرارة والألم الشديد في الجزء الأيمن العلوي للبطن يصل إلى الخلف جهة الظهر.والغثيان والقئ والإرتعاش والسخونة والقشعرة والدوار وألم الظهر عند النساء ويحدد السونار(الموجات الصوتية)وجود الحصوات في المرارة أم لا

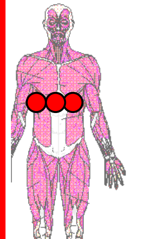
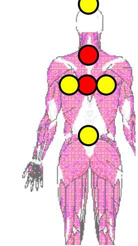
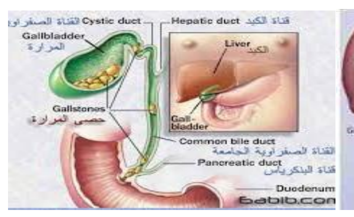
العلاج...أ.الحجامة...أسفل حلمة الثدى الأيمن والأيسر ب٥سم أو **مقدار٣أصابع.. ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..وبينهما..وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية مما يؤدي إلى زيادة تدفق كرات الدم الحمراء والبيضاء إلى المرارة وخلايا الكبد.مما يؤدي إلى منع حدوث الإلتهابات.وأثناء الحجامة يفرز الجسم أكسيد النيتريك NO الذي يؤدي إلى إتساع الأوعية الدموية مما يمنع تضخم المرارة ويقلل الألم لأن الجسم يفرز الإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون.الذي يخفف الإلم ويمنع وصول الأشارات العصبية الناقلة للألم..تكررالحجامه كل شهرحتى الشفاء .**

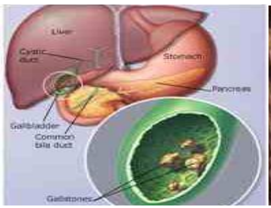
ب...الأعشاب والغذاء...١.ممارسة الرياضة وإنقاص الوزن وتقليل الدهون والمقليات والمكسبات التى بالطعام والسكر والحلويات والمعلبات والمواد الحافظة...٢.القشط الهندى

3.ورق الزيتون

٤.زيت الزيتون زيت أحادي يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.يقلل الدهون والكوليسترول والإلتهابات وذلك لإحتوائة على مضادات الأكسدة ومادة الألوروبين المفيدة.ليكون في طعامك والسلطة ...٥.كوب ماء مع ٢ ليمونة صباحا ومساءا فالليمون يقلل الإلتهابات بالمرارة والحصوات لإحتوائه على الإنزيمات الفعالة مثل إنزيم الفيوروكوماريتزوإنزيم الليمونين..٧.الأسماك .لإحتوائها على الأوميجا ٣ التي لها دور مفيد في تقليل إلتهابات المرارة وحصوات المرارة وعلاجها...٨.الجرجيروالكرفس الأخضروالبقدونس وعصير الليمون وعصير الجريب فروت والفجل والهندباء البرية (السريس) والخوخ والكمثرى.لإحتوائهم على مضادات الأكسدة والفيتامينات اللازمة لتدمير الأجسام الحرة الضارة بالجسم وتقليل الإلتهابات...٩.شواشى الذرة(شعر الذرة الذي حول الذرة)يغلى لمدة قصيرة جدا ويغطى ويشرب منه ٣مرات يوميا.حتى يتم الشفاء...١٠.الكركم مفيد جدا لإلتهابات وحصوات المرارة لإحتوائه على مادة الكركومين...١١.الزنجبيل.يقلل الإلتهابات وينشط الدورة الدموية...١٢.السليمارين مفيد ويدعم ويقوى الكبدوالمرارة ويحسن وظائفهما وهو في عشب الكعيب وبلح نخل الزينة الأسود الصغير...١٣.الخرشوف.لإحتوائة على مضادات الأكسدة والفيتامينات والسيليمارين الذى يقوى خلايا الكبد والمرارة...يتم تنفيذ ما إستطعت من هذا البرنامج

الممنوعات...السبانخ والدهون والمسبكات والمقليات والقهوة والشاي والرجلة والأحماض.أتم الله شفاءالحالات التي عالجتها بفضل الله






٤١ ...النقـرس(داء الـملوك).الحجامـة.الحنـة..القسط مع ورق الزيتـون

روى البخارى فى تاريخة وأبوداوود فى السنن.أن رسول الله صلى الله عليه وسلم ماشكى إليه أحدا وجعا فى رأسه إلا قال لـه إحتجم .ولا شكى لـه وجع فى رجلية إلاقال لـه إختضب بالحنـاء)صـدق رسـول الله صـلى الله عليـه وسـلم...النقـرس هو.إلتهابات بالمفاصل وخاصة مفاصل أصابع القدم وذلك لزيـادة التركيز المفرط لحمض البوليك وترسب بلوراتـه بالمفاصل والجسم وينـتج عن التمثيـل الغذائي لمـادة البيـورين وهـي توجـد فـي الطعـام ويـزداد وجودهـا فـي اللحـوم الحمراءوالبقوليـات والكحـولات ويظهـر المـرض فـي صـورة ألـم شـديد بالمفاصـل

وإحمرار وتورم للجلد ويحدد ذلك تحليل حمض البوليك في الدم Uric acid وقد تكون العقاقيروالغدة الدرقية وقلة الغذاء وأمراض الكلى لهم دور كبيرفى ذلك .

العلاج...أ.الحجامة..وتكون على مكان الألم... ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على خروج بللورات حمض البوليك من مفاصل الجسم وتنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق كرات الدم الحمراء والبيضاء إلى خلايا الجسم.فتقل الأعراض تدريجيا وتعمل الحجامة على إخراج مادة البروستاجلانين والليوكوتريين التي لهم دور في حدوث الألم.وأثناء الحجامة يفرز المخ الإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون عن طريق الإشارات العصبية ولهم دور هام في تسكين الألم والإلتهابات .

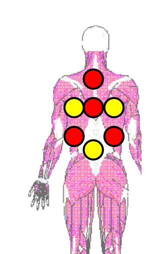
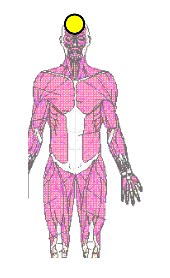
ب...الغذاءوالعشاء...١.ورق الزيتون..يقلل الاملاح والإلتهابات

٢.القسط الهندى لإحتوائة على الهلينين وحمض البنزويك ويقلل الإلتهابات

٣.الكريزأوعصيرالكريز فهو يعمل على تقليل حمض البوليك لإحتوائه على فيتامين أ.وهـ.وسي والليمونين والمونوتربين ومادة البيريليل المفيدة جدا...**٢.الأناناس .وعصيرالأناناس** الطبيعي له دورهام في علاج وتقليل حمض البوليك لإحتوائه على فيتامين سي وإنزيم البروملين ومضادات الأكسدة التي تقضى على الجذور الحرة الضارة بالجسم...**٣.الكرفس الأخضر.يقلل الإلتهابات** وحمض البوليك لإحتوائه على فيتامين سي والأحماض الدهنية والفثاليد

والأستيلين ويحتوي على حمض الفينول الذي يوقف البروستاجلاندين الضارة...٤.الفراولة وعصير الفراولة.تقلل حمض البوليك والإلتهابات لإحتوائها على حمض الماليك والستريك والفيتامين الهامة مثلB.-C...٥.زيت الزيتون .زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.ويقلل حمض البوليك.ليكون في طعامك والسلطة لأنه يقلل الالتهابات...٦.التين والتفاح لإحتوائهم على الألياف التي لها دور في تقليل الإلتهابات.فالتين يحتوى إنزيم الفيسين.ويحتوى التفاح على الكوريستين...٧.التمروالزبيب والفجل.له دور في علاج الإلتهابات وتقليل حمض البوليك...٨.الشعير.يقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية.ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالجسم وذلك لإحتوائة على مركبات التوكوترينول والليجنان والبيتاجلوكان والسلينيوم وفيتامين ها.ومضادات الأكسدة.والألياف التى تمتص الأملاح وتذيبها إلى خارج الجسم...٩.الأسماك المشوية لإحتوائها على الأوميجا ٣ التي تقلل الالتهابات.١٠...الخميرة الجافة ج...الحنة.للقدمين للأمراض الجلدية.تعمل على تخليص الجسم من الأملاح الممنوعات.اللحوم.البقوليات.العدس.الفول.اللوبيا.السبانخ.السكر



٤٢.. الصداع..والصداع النصفي..علاجة الحجامة والكى

روى ابن ماجه فى سننه حديثا فى صحته نظر.أن النبى صلى الله عليه وسلم .كان إذا صدع غلف رأسه بالحناءويقول إنه نافع بإذن الله من الصداع.وفى الصحيح أنه قال فى مرض موته وراساه.وكان يعصب رأسة فى مرضه وهونافع من أمراض الرأس.وقدرةى البخارى فى تاريخة وأبو داوود فى السنن.أن رسول الله صلى الله عليه وسلم ماشكى إليه أحدا وجعا فى رأسه إلا قال له إحتجم .ولا شكى

لـه وجـع فـى رجليـة إلاقـال لـه اختضب بالحنـاء)صـدق رسـول الله صـلى الله عليـه وسلم...وهوعرض مؤلم لمرض أو بدون مرض وقد ينشأ عن الضغط وإجهاد العين والجوع والحمى والشد العضلي في الرأس والعنق والكتفين والجلوكوما والجيوب الأنفية والأمراض التي تعوق الدورة الدموية.وهو ألم تتفاوت شدته في الرأس والصداع النصفي أكثر ألما من الصداع ويتكرر ألمه أكثر وقد يسبب تلعثم في الكلام وتشويش الرؤيةوالغثيان وفقدان الشهية وفقدان الذاكرة المؤقت وآلآم بفورة الرأس وقد يأتي لزيادة الأبخرة والغازات بالرأس وهذا من أكثر **الأسـباب...وتعمـل زيـادة إفـراز السـيروتونين علـى زيـادة الصـداع.هـذا النـاقـل** العصبي الذي يؤثر على فروع العصب الخامس ويسبب لـه التهابات..ومن أسبابه زيادة دخول الكالسيوم داخل المخ وقد يحدث ضيق بالشريان السباتي وزيادة البروستاجلاندين والليوكوترين والبرادىكينين.

العـلاج ...أ.الحجامـة..وتكـون أعلـى العينـين علـى الجبهـة وخلـف الأذنـين.

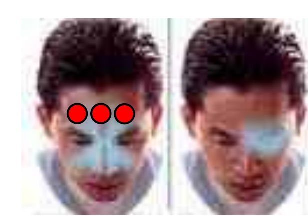
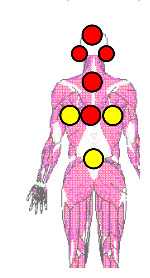
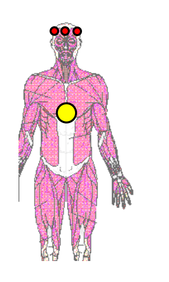
ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق كرات الدم الحمراء والبيضاء الى خلايا المخ.وتعمل الحجامة على ضبط نسبة السيروتونين الذي له دور في ضيق الأوعية الدموية وحدوث الصداع ويقلل دخول الكالسيوم إلى المخ وتعمل الحجامة على تقليل البروستاجلاتين

واللليوكـوتريين والبـرادىكينين بالـدم التـي لهـم دور فـي حـدوث الإلتهابـات والألم...تكررالحجامة كل شهر حتى يتم الشفاء

ب...الغذاء و الأعشـاب...١.ورق الغـار.لـه دور هـام فـي تخفيـف الصـداع والإلتهابات لإحتوائه على مادة الباثينوليدات...**٢.الزنجبيل.يقلل الصداع لأنه ينشط** الـدورة الدمويـة لإحتوائـه علـى الأسـمازون ومشـابهات الأسـبرين وهـو يقلـل البروستاجلاندين والبراديكينين ويمنـع حدوث التجلد الدموي...**٣.القرنفل.لأنـه لـه** خصـائص فـي تسكين الألـم...**٤.الريحـان.يقلـل الصـداع ويقلـل الـتقلص العضـلي** لإحتوائه على مادة اليوجينول ويقلل من شدة الإلـم...**٥.الكاموميل (البـابونـج) يقلل** الصداع ويسكن الألـم لإحتوائـه علـى الإينوسيتول والأبيجينين...**٦.الثـوم والبصل** وعصير الجزروالخيار وزيت زيتون لهم دور فعال في علاج الصداع وتخفيف الألم

ج.الممنوع.المعلبات والمواد الحافظة والسكروالحلويات المصنوعة والدهون



٤٣...ضغط الدم المرتفع HyperTension..علاجة ورق الزيتون

هـو قـوة الـدفع التـى يبـذلها الـدم المتـدفق بالأوعيـة الدمويـة ضـد جـدران الشـرايين.ويسـبب تـراكم الـدهون والكوليسـتيرول فـى الأوعيـة الدمويـة وعلـى جدرانها الداخلية مما يسبب فقدانها للمرونـة وضيقها والوراثةوالحمل وأقراص

منـع الحمـل والضـغوط النفسية وإرتفـاع الإنسـولين بـالـدم يسـبب إنقبـاض جـدران الإوعية الدموية ويزيد من تراكم الصوديوم بالجسم وزيـادة الـوزن والمعلبـات مثل الشيبسـى واللانشـون وغيـرة ونقـص البوتاسـيوم ونقـص الماغنسـيوم ونقـص الكالسـيوم وزيـادة نشـاط الجهـاز العصـبى السـمبثاوى وزيـادة إفـراز هرمـون الألدويستيرون وقد يسبب مشاكل مثل تصلب الشرايين والنوبات القلبية وأمراض الكلى وفقدان الذاكرة والصداع والسكتة الدماغية وسرعة النبض وضيق التنفس والدوار والإضطرابات البصرية وألم بالصدرونزيف المخ وضغط الدم الطبيعى من $\frac{110}{70}$ حتى $\frac{140}{90}$ والطبيعى هو $\frac{120}{80}$ م .م . زئبقى.والرقم الأعلى هو نبض القلب الإنقباضـى والـرقم الـذى أسـفل يمثـل ضـغط الـدم الإنبسـاطى وإرتفـاع الضـغط الإنبساطى أكثر خطورة من إرتفـاع الضـغط الإنقباضـى.وإرتفـاع ضـغط الـدم يكـون أكثر من $\frac{140}{90}$ لأكثر من ثلاث مرات متتالية أثنا الراحة.ويجب قياس الضغط دوريا

العلاج...أ.الحجامة... ويمكن أن تزيد على الكـاهلC7الفقرة السـابعة العنقية

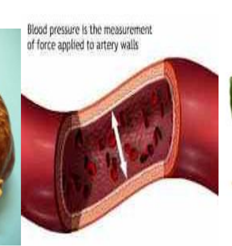
وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمـام منتصـف الصـدرمن الخلـف علـى T7 الفقـرة السـابعة الصـدرية لأعلـى وهـى علـى العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسـافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على تهدئة الجهاز العصبى السمبثاوى ممـا يؤدى إلى إنحفـاض ضـغط الـدم ويقل حجم الـدم بالأوعيـة الدمويـة وذلك لخـروج كـرات الـدم التالفـه فـى الشكل والحجم والتركيب ومنتهيه العمراتى أكثرمن١٢٠يوم.وتعمـل الحجامة على ضبط هرمون الألدويستيرون وأثناء الحجامة يفرز الجسم أكسيد النيتريك NO الذى يعمل على

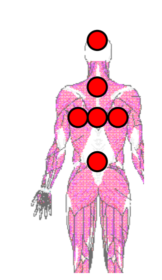
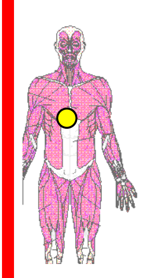
إتساع الأوعية الدموية ويتم توصيل الغذاء والاكسجين اللازم لنمو جدران الاوعية الدموية فتزداد مرونتها وقوتها وتقل نسبة الصوديوم بالجسم فيقل الضغط

ب...الغـذاء والأعشــاب...1.ورق الزيتـون يعـالج الضـغط علاجـا جزريـا وهوإعجاز شفاءى ويشفى الكلى وأمراضها والكبد والقلب والشرايين والأوردة ٢.تمارين التنفس.تأخذ نفس.شهيق عميق من الأنف ويتم الزفير من الفم ويكون **وقت صلاة الفجر ويكرر ١٠مرات يوميا" لأن الهواء فى هذا الوقت يحتوى على الأكسجين النشط الذى يعمل على تنشيط الرئـه وأعضاء الجسم...الرياضة لأنها تعمل على تنشيط الدوره الدموية...٣.فص ثوم على الريق صباحا ومساءا.ويقطع إلى ٣ أجزاء ويتم بلعة فهو يقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية وينقى الأوعية الدموية لإحتوائه على الكبريت ومادة الدياليل تراى سالفيدالتى تقلل من إلتصاق الصفائح الدموية والتجلط ويعمل على تقليل مادة الفيبرين التى تسبب التجلط وهو يقلل الضغط الإنبساطى أكثر من تقليل الضغط الإنقباض...٤.البرتقال وعصير البرتقال الطبيعى.يقضى على الجذور الحرة الضارة ويقلل الضغط والكوليستيرول ويقوى الأوعية الدموية ويزيد مرونتها لإحتوائه على فيتامين سى والليمونين والجلوكوسيد والهسيبريدين والسترال...٥.الأسماك لإحتوائها على الأوميجا ٣ التى تقوى الاوعية الدموية وتقلل الدهون الثلاثية والكوليسترول وتقلل الضغط...٦.الكركدية مع الدووم.المنقوع البارد بدون تسخين لأن التسخين يعمل على تطاير الزيوت منه التى تقلل الضغط...عصير الجزر.لإحتوائة على الفلافونيات ومضادات الأكسدة التى تقضى على الجذور الحرة الضارة...٧.ملعقة خميرة صغيرة على كوب عصير لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد.١٢ فيتامين و١٤معدنا جوهري و١٦حمضامفيدا...٨.زيت الزيتون.هو زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية ويقوى الأوعية الدموية ويزيد ها مرونتها ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالخلاياوينشط الدورة الدموية والمناعة...٩.البصل والتفاح.يقللان الكوليسترول**

والدهون الثلاثية الضارة ويعملان على تنشيط المناعة لإحتوائهم على مادة الكوريستين ويقللان الضغط الإنقباضى أكثر من الضغط الانبساطى...١٠.الزبادى والبطاطس والموز والبروكلى والأفوكادو والسبانح.لهم دور فى تقليل الضغط وذلك لإحتوائهم على الماغنسيوم الذى يقلل الضغط الإنبساطى أكثر من الضغط الإنقباضى...١١.البطاطس والموز والسابخ والكنتالوب لإحتوائهم على البوتاسيوم الذى يقلل الضغط الإنقباضى أكثرمن الضغط الإنبساطى...١٢شواشى الذرة.تقلل الضغط لإحتوائها على مواد فعالة فى إدرار البول والصوديوم من الجسم وتنشيط الكلى...١٣.الشعيرمع ورق الزيتون.مرة يوميا.حيث يحتوى ورق الزيتون على الفيتامينات والأملاح المعدنيه وعلى مادة الأولوروبيين التى تقلل الكوليسترول والدهون الثلاثية ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالجسم ويقوى الأوعية الدموية ويزيدمن مرونة جدارنها.ويحتوى الشعير على مادة التوكوترينولات والبيتاجلوكان ومادة الليجنان والسلينيوم والألياف الكثيرة لذلك له دور فى القضاء على الجذور الحرة الضارة بالجسم ويعمل كمضاد للأكسدة ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية.بأن يمتصة ويخرجه من الجسم



ج- الممنوعات:العرقسوس لإحتوائه على الجلسريزين الذى يعمل على إحتباس الصوديوم والماء بالجسم والقهوة والشاى والمياه الغازيه لإحتوائهم على الكافيين والملح والمخللات والمعلبات

٤٤...ضغط الدم المنخفض..علاجة الزنجبيل والشعير وعرق السوس

عرض لمرض يجب البحث عن هذا الرض المسبب لضغط الدم المنخفض

ضغط الدم المنخفض (hypotension/ low blood pressure)،هو انخفاض لضغط الدم لقيمة أقل من ٩٠ ملم زئبق في الضغط الانقباضي أو أقل من

٦٠ ملم زئبق في الضغط الانبساطي. أو انخفاض لقيمة ضغط الدم بشكل ملحوظ والتي تسبب أعراض.عادةً ما تتغير قيمة ضغط الدم في كل نبضة من نبضات القلب. ترتفع قيمة ضغط الدم عند القيام بنشاط ما أو عند التأثر العاطفي.وتنخفض قيمة ضغط الدم عند النوم، بعد الأكل،وتغيير الوضعية كالقيام المفاجئ،الشهيق أو عند الاستراحة.لذا فأن ضغط الدم ينخفض خلال اليوم بشكل طبيعي، ومن هنا لا يجب اعتبار كل هبوط في ضغط الدم كحالة يجب علاجها. لكن هبوط ضغط الدم يومياً يكون عادةً لقيم تتراوح بين ٩٠/٦٠ وبين.١٢٠/٨٠من الجدير بالذكر أيضاً أن هنالك أشخاص ذو ضغط الدم منخفض بشكل طبيعي لذا ما قد يُعتبر ضغط دم منخفض ويسبب الأعراض لدى البعض، قد يكون مجرد ضغط دم طبيعي لدى الاخرين. كما أن ضغط الدم المنخفض لدى الرياضيين طبيعي، ويشير الى وضع صحي جيد.وبعض الحالات التي يكون فيها ضغط الدم منخفض هي حالات تتطلب العلاج الفوري، كونها حالات خطرة. لكن ذلك ليس بقاعدة وهناك حالات لا تشكل خطورة.وجود ضغط الدم المنخفض بشخص معافى،دون أي أعراض، لا يشكل خطراً ما.أما في حال وجود أعراض أو أمراض أخرى، فيجب تشخيص الحالة وعلاجها.وكلما زاد عمر الانسان، زاد الاحتمال لانخفاض ضغط الدم.والحمل.وأمراض القلب: فشل القلب واضطرابات نظم القلب بامكانهم أن يسببوا ضغط الدم المنخفض.ومرضى السكري: اذا لم يتم الحفاظ على قيم السكر الطبيعية فان مرضى السكري بخطورة لضغط الدم المنخفض.وأمراض الغدد: بعض أمراض الغدد كالغدة الدرقية والكظرية تشكل خطورة لضغط الدم المنخفض، بالذات اذا لم يتم علاجها.والأدوية: هناك العديد من الأدوية التي تسبب ضغط الدم المنخفض.والجفاف.والاسهال وبالذات الحاد والذي ما يكون عادةً بسبب عدوى فيروسية أو جرثومية.والقيء.وفقدان الدم اثر نزيف خارجي أو داخلي.والحروق والتي تؤدي الى فقدان السوائل عن طريق الجلد المحترق.وضربة الحرارة التي تحصل عادةً من التعرض كثيراً للشمس الحارة، وفقدان السوائل عن طريق

الجلد.والحرارة المرتفعة.ومدرات البول والتي تؤدي الى فقدان السوائل عن طريق البول.هناك العديد من الأدوية الأخرى التي تسبب ضغط الدم المنخفض.

العلاج...أ.الحجامة...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية والمناعة وإفرازالإنكفالين والإندورفين والكورتيزون والمورفين وأكسيدالنيتريكNOالذى يعمل على انتظام الضغط الى المعدل الطبيعى

ب...الإعشاب...١.الشعير.يحتوي على مواد سكرية وبروتينات ونشا ودهون وفيتامينات ب.ومفيد فى علاج التهاب الكبد.ويخفض معدل السكر في الدم.ونخالة الشعيرالمطحون له دور كبيرفي تخفيض الكوليسترول وسرطان الامعاء...**٢.الخميرة.تحتوى على ٤٢مركب** مفيد٢١فيتامين.و١٤معدناجوهريا.و١٦حمض.وفيتامينات ب المركبة والفوسفور والكالسيوم والمغنسيوم والحديد...**٣.البنجرويسمى.الشمندر مقو للدم والأعصاب** ويعطي الجسم مناعة عامة ويستعمل الشمندر كرافع لضغط الدم المنخفض حيث تقطع جذوره وتؤكل مع السلطة او يعمل منه عصير طازج...**٤.الكرنب.حتوي على** مواد سكرية تصل الى ٦% ومواد بروتونية تصل الى ٢,٥% وزيت ثابت وفيتامينات K.PP.B6.B3.B2.B1 ومواد معدنية من أهمها الفوسفور والكالسيوم والكبريت ويحتوي على العامل المضاد للقرحة والمعروف تحت اسم فيتاميuوالجلوكوزيدات...**٥.اللوزAIMONDيرفع ضغط**

الدم...٦.الزنجبيل.ينشط الدورة الدموية ويقلل الغازات والإنتفاخات ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالخلايا ويقلل البروستاجلا تدين والثرومبوكسين الضارةلإحتواءة على مركبات كثيرة مفيدة منها الجنجيرول والشاواجول ويرفع ضغط الدم المنخفض...٧.عرق السوس...يحتوى على مشابهات الكورتيزون ويعمل على رفع الضغط المنخفض...٨.عصير الليمون والبرتقال.لإحتوائهم على السترال وفيتامين سى...٩.الجنسينج



٤٥...القولون العصبي..نعناع+قرنفل+شمر+كاموميل

أحد الأمراض المزمنة التى تصيب جزء من الجهاز الهضمى ويسبب ألآم وإسهال وإمساك وإنتفاخات وغازات بالبطن وحمى وحالة شبة مستمرة للإخراج وغثيان

وقئ فقدان الشهية وصعوبة فى الإخراج وألم شديدبالبطن.وقد يزداد الأمر سوءا ويصل إلى تقرحات القولون وقد يصل إلى أكثر من ذلك وتحدث تغييرات غيرطبيعية فى الأمعاء نتيجة خلل فى نقل الإشارات العصبية وقد يكون السبب هو المشاكل النفسية والإجتماعية.وقلة الألياف الغذائية بالطعام وجود ميكروبات بالقولون وقد يكون الألم حول السرة أو فى الجنب.ونظرا لوجود القولون فى نهاية الأمعاء فلذلك تتراكم فية الفضالات والفيروسات والبكتريا وتتكون فية طبقات مخاطية ضارة وتذداد الجذور الحرة الضارة بالقولون والتى لها دور كبير فى حدوث تقرحات وسرطان القولون وتصبح الدورة الدمويه فيه ضعيفه جداوقلة الاكسجين المغذى لخلاياالقولون

العــــــــلاج...أ.الحجامة.. حول السرة يمينها وشمالها وفوقها وأسفلها...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام..تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وتنظيم عمل الجهاز العصبى وتنظيم الإشارات العصبية وبذلك تقل مشاكل القولون وتعمل الحجامة تنظيم حركة الأمعاء وتقضى على الجذور الحرة الضارة

ب...الغذاء والأعشاب...١.الشعيروهو يغسل المعدة والأمعاء ويشفيهم...٢.القسط الهندى...٣.النعناع.ينشط الدورة الدموية بالجهاز الهضمى والأمعاءويمتص الغازات وينظم الإشارات العصبية لإحتوائة على مادة المنتول...٤.الشبت والشمر.مفيد جدا للقولون لأنه يعمل على تنشيط الدورة الدموية...٥.الزنجبيل.ينشط الدورة الدموية ويقلل الغازات والإنتفاخات ويقضى

على الجذور الحرة الضارة بالخلايا ويقلل البروستاجلا تدين والثرومبوكسين الضارلإحتواءة على مركبات كثيرة مفيدة منها الجنجيرول...٦.الزبادى.لإحتوائها علـــى البكتريـــا النافعـــة للأمعـــاء وهـــى اللاكتوباســـلس أسيدوفيلس...٧.الكاموميل(البابونج)مهدئ للقولون ويقلل الغازات لإحتوائه على مادة الأبيجينين...٨.السنامكة.إذا كان هناك إمساك.يتناول كوب على الريق من السنامكة يقضى على الإمساك عند وجد إمساك...٩.عصير الرمان أو(قشرالرمان المغلى)عصيرالقرع العسلى لإحتوائهم على مضادات الأكسدة.يقضى على الجذور الحرة الضارة ويفيدان القولون جدا لإحتوائهم على مواد مطهرة...١٠.القرنفل والريحان.مفيدان للقولون..١١...الردة..١٢...الخميرة الجافة...١٣.ورق الزيتون ج.الممنوعات.الدهون.الزيوت.البقوليات.المعلبات.السكرالحلويات.والمواد الحافظة



٤٦-تأخر الأنجاب عند الرجال والنساء..علاجة الإستغفار

عدم الإنجاب وعدم حدوث حمل بعد الزواج مع المعاشره الزوجية الكاملة لأكثر من ٦ أشهر متتالية مع عدم وجود وسيلة تمنع الحمل.وقد يكون السبب قلة الحيوانات المنوية أوضعف حركتها أولزوجتها والتعرض للإشعاع والحرارة

العالية والسموم الغذائية والمعلبات والمواد الحافظةوالملابس الضيقة والكحولات والبدانة(السمنه)والنحافة والضغط العصبى

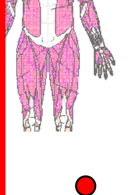
العـــــــلاج...أ.الحجامة...وتكون على العانة من الأمام...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...وتعمل الحجامة على تنشيط الغدة النخامية التى تنظم هرمونات الجسم وتنظم عمل الجهاز العصبى المركزى وتعمل على تنشيط الدورة الدموية فى الخصيتين والقنوات المنوية وتعمل على تقليل الإلتهابات وزيادة عدد وحجم السائل المنوى وتقلل من الأجسام المضادة للحيوانات المنوية وتذيد من مناعة الجسم

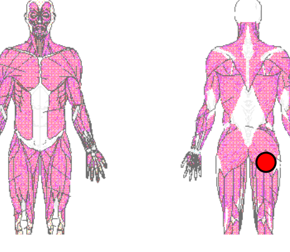
ب...الغذاء والأعشاب...١.كثرة الاستغفار سببا كافيا للذرية والمال والجنه.لقوله تعالى..فقلت استغفروا‌ربكم إنه كان غفارا(١٠)يرسل السماءعليكم مدرارا(١١)ويمددكم بأموال وبنين ويجعل لكم جنات ويجعل لكم أنهارا(١٢)سورة نوح...٢.طلع النخل + حبوب اللقاح +عسل النحل +غذاء الملكات..فطلع النحل وغذاء الملكات بهما كثيرمن الهرمونات والأملاح المعدنية التى تزيد السائل المنوى...٣.السمسم لإحتوائه مضادات الأكسدة والفيتامينات والزنك والأملاح المعدنية التى تزيد السائل المنوى...٤.معلقة خميرة صغيرة على كوب عصير لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد.١٢ فيتامين و١٤ معدنا جوهريا و١٦ حمض...٥.القرنبيط والسبانخ والبامية والكرنب المحشى ولإحتوائهم على

الفيتامينات والمعادن اللازمة للحيوانات المنوية...٦.الأسماك لانها تحتوى على الأوميجا ٣ التى تنشط الحيوانات المنوية وتزيد عددها وتحتوى على مضادات الأكسدة المفيدة التى تقضى على الجذور الضارة بخلايا السائل المنوى...٧.العسل بديلا عن السكر الضار فالعسل يحتوى على البروتينات والفيتامينات والأملاح المعدنية والهرمونات الطبيعية التى تفيد السائل المنوى...٨.الجوافة والموز والقرع العسلى والبرتقال.لإحتوائهم على فيتامين سى المفيد للسائل المنوى...٩.الفجل والكرفس والبقدونس والفلفل الحلوأوالبارد لإحتوائهم على مضادات الأكسدة التى تقضى على الجذور الحرة الضارة بالخلايا المنوية...١٠.الزبادى واللبن البقرى والسمن البقرى والمكسرات والبيض والبليلة بالعسل الأسود.لإحتوائهم على الزنك الذى يخفز إنتاج هرمون التستوستيرون...١١.الحلبة بالبذور.تعمل على تنشيط الدورة الدموية وتقلل الكوليستيرول وتساعد فى زيادة السائل المنوى...١٢.البصل والثوم.لإحتوائهم على السلينيوم وفيتامين H الذى يزيد السائل المنوى...١٣.الزنجبيل.يعمل على تنشيط الدورة الدموية ويقلل الإلتهابات...١٤.زيت الزيتون.هو زيت أحادى يحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية ويقوى الأوعية الدموية ويزيد ها مرونتها ويقضى على الجذور الحرة الضارة بالخلاياوينشط الدورة الدموية والمناعة ويزيدعددالحيونات المنوية وحركتها.15... الخميرة...١٦.ورق الزيتون مشروب يومى

الممنـــوعـات...المعلبات .السكروالحلويات والمواد الحافظة..إذا كـان الانسان

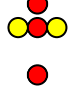
ليس لدية بالسائل المنوى حيوانات منوية على الإطلاق عليـه أن يتبـع البرنـامج ثم يعمل تحليل سائل منوى بالحفظ ثم يستعين بالتلقيح الصناعى وذلك أفضل من عمل جراحة بالخصيتين وأخذ خلايا منهـا...علـى الانسـان أن يحلـل السـائل المنوى ويعرف عددة وحركته وباقى تفاصيلة – والعدد الطبيعى هو أكثر من ٣٠ مليون وقد ينجب الإنسان بأقل من ذلك..تم شفاء الحالات التى عالجتها والحمد لله.











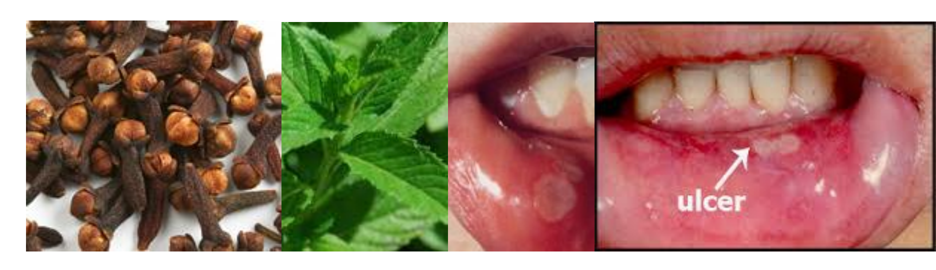
٤٧...قرح الفم واللثة واللسان..السواك والقرنفل والنعناع

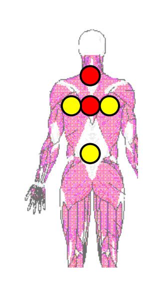
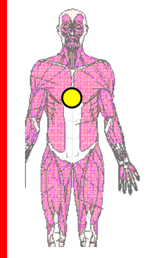
قرح صغيرة مؤلمة تظهر فى الفم واللسان واللثة وبطانة الفم وسببها غير معروف وقد يكون السبب فيروس أو بكتريا أو نقص فيتامينات أو إحتلال هرمونى أو مناعى أو حساسية من مأكولات معينة

العــــــلاج...١.زيت القرنفل على القرح نفسها حتى تزول مع البروبليز

٢.طحينة بزيت السمسم والعسل الأسودمرتين يوميا أكل....إستعمال السواك (الأراك)أومطحون السواك ويستعمل بالفرشاة بديلا للمعجون ثلاث مرات يوميا **...٣.القرنفل والنعناع والريحان والمريمية.إجعل أحد** هؤلاء مشروبك اليومى أكثر من مرتين لإحتوائهم على مواد قاتلة للفيروسات والبكتريا والفطريات..أو زيوتهم ونضع على القرحة نقطة من الزيت٧مرات يوميا**...٤.البرتقال والأناناس والبروكلى والفلفل الباردوالفراولة** والجوافة والكيوى والجريب فروت إجعل فاكهتك من هؤلاء لإحتوائهم على مضادات الأكسدة وقدرتهم فى القضاء على الجذور الحرة الضارة بالجسم وتنشيط الدورة الدموية والناعة**...٥.المضمضة مرتين يوميا بعرق السوس العشبى وزيت القرنفل.وقد** رأيت حالات إستعملت كت أنواع الدواء دون شفاء.وأتم الله شفاء حالات مستعصيه كثيرة والحمد لله

الخلاصة...إستعمال السواك..النعناع والقرنفل شرابا..زيت النعناع وزيت القرنفل على الماء مضمضة...والطحينة أكلا



٤٨...لزيادة إدرار لبن المرضعات(للنساء)..الشمر+الحلبة

الرضاعة الطبيعية أفضل من الرضاعة الصناعية لأن لبن الام حماية من الامراض للطفل ويزيد من مناعتة وقد تفيد الرضاعة فى منع الحمل وترتبط الطفل بالأم .

أ.العـــــلاج...١.الحلبة بالبذور لإحتوائها على الإستروجين النباتى الذى يزيد مـن تـدفق اللـبن...٢.الشـمر.يزيـد مـن إدرار اللـبن لأنـة يزيـد مـن عمـل الإستروجين...٣.الينسون.يزيد من إدرار اللبن عند الأم لإحتوائه على المواد الغنية بالأنيثول وهو يعمل عمل الإستروجين ...٤.السلطة الخضراء لإحتوائها علـى الفيتامينـات والأمـلاح المعدنيـة..٥.الأسـماك لأحتوائهـا علـى الاميجـا٣ ...٦.التمر.لإحتوائه على المعادن والبروتينات والفيتامينات...٧.عصير الفاكهة والجـزر الأصـفرلإحتوائه علـى البيتاكـاروتين ومضـادات الأكسـدة...٨.فـص ثـوم صباحا ومساءا يقطع إلى ثلاث قطع ويتم بلعة فهو يزيد إدارر اللبن ويزيد مناعة الطفل لإحتوائه على المضادات الحيوية الطبيعية



٤٩ ...المسكنـــــــــات الطبيعيـــــــــة للالام..الحجامة..الكى

الألم شعور يكرهة الإنسان وتختلف أسباب الألم فالأمراض تسبب الألم.وزيادة البروستاجلاندين والليوكوتريين والبراديكينين وغير ذلك

العــــــــــلاج...علاج السبب إذا أمكن ذلك...أ.الحجامة.وتكون موضعيه على مكان الألم نفسه وتعمل الحجامه على إخراج مسببات الألم مثل البروستاجلاتديين والليوكوتريين والبراديكينين وتعمل على تنشيط الدورة الدموية وتدفق كرات الدم الحمراء والبيضاء والإنكفالين والإندورفين والمورفين والكورتيزون الذى يعمل علي تسكين الألم وتعمل الحجامة على منع نقل الأعصاب للإشارات العصبية الخاصة بالألم فيقل الإحساس بالألم

ب...١.كمادات بالزنجبيل على أماكن الألم لإحتوائه على مواد مسكنة للألم...٢.القرنفل والزنجبيل.مشروب يفيدفى علاج الألم...٣.عرق السوس يقلل منه ذوى الضغط العالى.

ج...الكى...ينشط الدوره الدمويه ويزيد الغذاء والأكسجين للخلايا ويقلل الإلتهابات

٥٠...الخـراريج والدمامل والـبـثرات الجـلديهFuruncle

ذكربن السنى فى كتابه عن بعض أزواج النبى صلى الله عليه وسلم.قالت دخل علـى رسـول الله صلـى الله عليـه وسـلم.وقـدخرج فـى أصبعى بثـره.فقـال عنـدك ذريـــــره.قلـــــت نعـــــم.قـــــال.ضـــــعيها عليهـــــا.وقـــــولى.(اللهــــــم مصغرالكبيرومكبرالصـــغير.صـــغرمابى)صـــدق رســـول الله صـــلى الله عليـــه وسلم...هوتجمع صديدى تسببة البكتريا غالبا وقد يؤدى إلى ألم شديد وأرتفـارع درجة حرارة الجسم وحدوث الالتهابات

العـــــــلاج :أ..الحجامـة...على الخراج نفسة حتى يتم تفريغة نهائيا من الميكروبات والخلايا الصديدية التى به.وتكرر على الخراج يوميا حتى الشفاء.

ب..الغذاء والاعشاب...١.القسط الهندى وهو مضادحيوى قوى

٢.مشروب الإخنسيا (الردبكية) لمدة شهر فقط ويتم إيقافها لمدة شهر مثلة لأنها ترفع جهاز المناعة ...٢.الزعترلإحتوائه على مواد تقضى على البكتريا...٣.عشب الذريرة لأحتوائه على ..٤...الكركم وهو مضاد فيروسى وبكتيرى قوى



٥١...الامســــــــاك..شـفـاءة ورق الزيـتون..الســنامكه

روى الترمـذى فـى جامعـه وابـن ماجـه فـى سـننه مـن حـديث أسـماء بنـت عيسى.قالت.قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (بماذا كنت تستمشين .قالت بالشنبر .قال حار جار.قالت ثم استمشيت بالسنا.فقالت (لو كان شئ يشفى من الموت لكان السنا) وفى سنن ابن ماجه عن إبراهيم ابن أبى عبله.قال .سمعت عبدالله ابن أم حرام .وكان قد صلى مع رسول الله صلى الله عليه وسلم القبلتين.يقول.سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول (عليكم بالسنا والسنوت فإن فيهما شفاء من كل داء إلا السام)قيل يا رسول الله وما السام.قال الموت...وهوصعوبة إخراج البراز وشدة تماسك قوامة وقلة عدد مرات التبرز لأقل من ٣ مرات فى فى الإسبوع وينشأ الإمساك لحدوث خلل فى عملية نقل الطعام ونقص حركة الأمعاء ويحدث ذلك لحدوث خلل بالاعصاب اللاإرادية المغذية للامعاء ممايسبب قلة حركتها وضعف الدوره الدموية والركود الدموى وضعف العضلات وقلة النشاط وإلتهابات وإنسداد الأمعاء والبواسيروالشرخ الشرجى

العـــــــــــلاج...أ..الحجامــة...حـول السـرة يمينهـا وشـمالها وفوقهـا

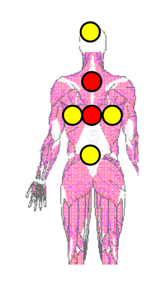
وأسفلها...ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف

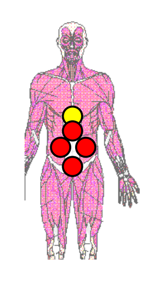
الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وتنظيم عمل الجهاز العصبى وتنظيم الإشارات العصبية وبذلك تقل مشاكل الأمعاءوتعمل الحجامة تنظيم حركة الأمعاء وتقضى على الجذور الحرة الضارةعلى تقليل الإلتهابات وتنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق كرات الدم البيضاء والحمراء وتعمل الحجامة على تنظيم عمل الأعصاب اللاإرادية المغذية للأمعاء مما ينظم حركة الامعاءوتزيدالحجامة من نسبة الأكسجين بالأمعاء

ب...الغـــــذاء والاعشـــــاب...١.مشروب السنامكة صباحا على الريق بالعسل أوبدون...**٢.إستعمال زيت الزيتون فى الطعام وعلى السلطات لأنة له** خصائص ملينة ومعالجة للإمساك...**٣.الزبادى والعسل والثوم والكرات والقمح** (البليله) والبصل والموزوالخرشوف لإحتوائهم على البروبيوتك والبريبيوتك التى لها خصائص فى علاج الإمساك...**٤.العنب وعصير الجزر لإحتوائهم على الألياف** ومضادات الأكسدة...٥.ثمارالتين البرشومى أكلا..ومغلى ورق التين شرابا

ج.الممنوعات.المعلبات والموادالحافظة وكثرة المقلى بالزيت والمياة الغازية







٥٢...الإســــــــــــهـــال..شـــفاءة العسل بالماء

ورد فى الصحيحين من حديث أبى المتوكل عن أبى سعيد الخدرى . أن رجل أتـى النبى صلى الله علية وسلم فقال إن أخى يشتكى بطنـة وفـى روايـة استطلق بطنـة فقال إسقة عسلا فذهب ثم رجع فقال قد سقيته فلم يغنى عنه شيئا وفى لفظ . فلم يزده إلاستطلاقا مرتين أو ثلاثا كل ذلك يقول له إسقه عسلا فقال لـه فى الثالثه أو الرابعة.صدق الله وكذب بطن أخيك) صدق رسول الله صلى الله عليـه وسلم زيـادة فى سيولة البراز وعدد مرات التبرز وكثرة حركـة الامعاء وهو عرض وهناك الأسباب الكثيرة وقد يكون حادا وقد يكون مزمنـا ويكون سبب اللإتـهابـات التـى تحـدث بالمعـدة والأمعـاء ونقـص إمتصــاص الطعـام أو السـوائل وزيـادة إفرازالعصـــارة الهاضـــمة وقلـــة حركـــة الامعـــاء والفيروســـات والبكتريـــا والفطريـات.ويسبب فقد اللأمـلاح المعدنيـة والفيتامينـات من الجسم ممـا يصيب الخلايا بالجفاف وبذلك ينخفض ضغط الدم.ويؤثرعلى القلب وقديؤثرعلى الجسم

العـــــــــلاج...أ- الحجامــة.... حـول السـرة يمينهـا وشـمالها وفوقهـا

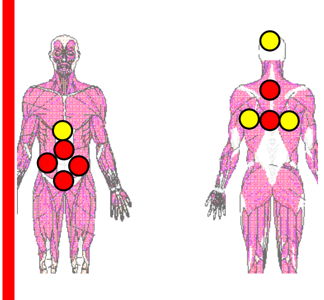
وأسفلها...ويمكن أن تزيد عـلى الكـاهـلC7الفقرة السـابعة العنقيـة وهـى الفقـرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحنـاء الـرأس للأمـام...وأمـام منتصف الصدرمن الخلـف علـى T7 الفقـرة السـابعة الصـدرية لأعلـى وهـى علـى العمـود الفقـرى مـابين أسـفل عظمتـى اللـوح مـن جهـة الظهـر...ويمينهـا ويسـارها علـى مســافه ٥سم أمام حلمتـى الصـدرمن الخلـف لأعلـى...وأسفل الظهرعلـى الفقـرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتـى الحـوض...وعلـى اليـافوخ بـالرأس وهـو

منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام....تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وتنظيم عمل الجهاز العصبى وتنظيم الإشارات العصبية وبذلك تقل مشاكل الأمعاءوتعمل الحجامة تنظيم حركة الأمعاء وتقضى على الجذور الحرة الضارةوتعمل الحجامة على تقليل الإلتهابات للغشاء المبطن للأمعاء مما يزيد من إمتصاص الأمعاء للطعام وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق كرات الدم الحمراء والبيضاء إلى جدار المعدة والأمعاء فتقل الألتهابات وتعمل الحجامه تنظيم إفرازات العصارة الهاضمه وتزيد من إمتصاص السوائل والطعام وتعمل على تنظيم حركة الأمعاء عن طريق تنظيم الاشارات العصبية اللاإرادية الغذية للأمعاء وتزيد من كمية الأكسجين داخل الأمعاء وتعمل على إخراج المواد المسببه للأمراض والوفيات من الجسم

أ.الغذاء والاعشاب...١.العسل.كوب من الماء بة ملعقتان من العسل صباحا ومساء وهذا وحده يكفى للقضاء على الإسهال وذلك لحديث الرسول صلى الله عليه وسلم للذى جاءة يشتكى إستلقاء بطن أخيه فأمرة الرسول صلى الله عليه وسلم.والإستلقاءهوالإسهال.هذا ويجب إستعمال العسل ممزوجا بالماء حتى القضاء نهائيا على الإسهال مهما طال الوقت...٢.الأراك(السواك)لأنه مطهر ويقضى على الفيروسات والبكتريا والفطريات.مشروب مرة يوميا...٣.التفاح والتيين الشوكى والشاى الإخضروذلك لإحتوائهم على مادة التانين التى لها دور فعال فى إيقاف الإسهال وبهم مضادات أكسدة وأملاح معدنية وفيتامينات...٤.عصير الجزربالعسل لإحتوائه على مضادات الاكسدة والبيتاكاروتين...٥.الزبادى بالعسل لإحتوائه على اللاكتوباسلس أسيدوفلس...٦.ملعقة صغيرة من الخميرة على كوب عصير لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد.١٢ فيتامين و١٤ معدنا جوهريا و١٦ حمض...٧.العدس لأنة منجم المعادن والأملاح المعدنية والعناصرالغذائية...٨.الكرات والثوم لأنهما لهما تأثير مضاد للفيروسات والبكتريا والفطريات...٩.المريمية..تقلل تقلص القولون

الممـــنوعات...المعلبات والسكروالحلويات والمواد الحافظة

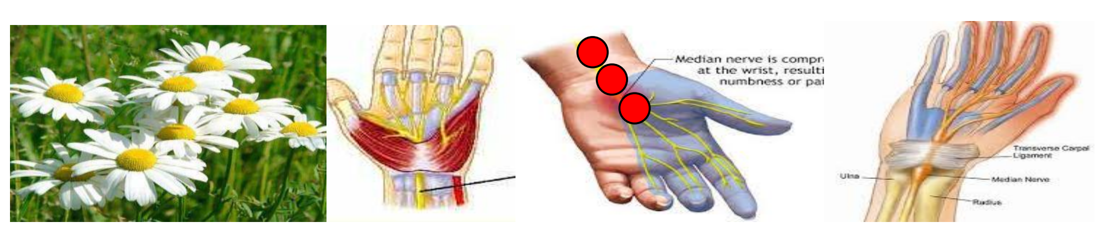




٥٣...إختنـاق النفـق الرسـغى Carpal Tunnel syndrom

يوجد بداخل المعصم وعند مفصل الرسغ ممرعظمى ضيق مثل النفق ويسمى بالنفق الرسغى وهو يحتوى على ٩ أربطة والعصب الأوسط وكل هذا يحيطة غشاء زلالى .فعندما يلتهب الغشاء الزلالى والأربطة ويحدث تورم يحدث ضغط على العصب الأوسط الذى يتجة نحو أصابع اليد فيسبب ألم شديد وتنميل للأصابع والإبهام والسبابة والوسطى هم الأكثر تاثيرا وقد يصل للكتف وقديصيب البنصروقد تضعف قبضة اليد وتتيبس الأصابع والنساءأكثر من الرجال

العـــلاج...أ.الحجامة.على المكان نفسه الذى به هذا الإختناق وتكون على مفصل الرسغ ومكان الألم نفسه وتكرر كل إسبوعين حتى يتم الشفاء وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وزيادة تدفق كرات الدم الحمراء والبيضاء وبذلك يقل التورم وتقل الإلتهابات..ب...لدغ النحل على المكان نفسة ونبدأ بواحدة ثم نزيد العدد تدريجيا حتى الشفاء ج...الكى.....مفـــيدعلى أماكن المـرض والألم



٥٤...زيـــادة الـــدهون والكوليســـترول المرتفـــع..ورق الزيتـــون

والشعير برنامج لتقليل الكوليسترول.الدهون الضارة.يقوم الكبد بصنع مايحتاجة الجسم من الكوليسترول لأنة ضرورى فى تكوين أغشية الخلايا والهرمونات الجنسية وصنع الأغلفة الواقية للألياف العصبية ولايحتاج الجسم إلى الكوليستيرول الخارجى وبزيادة الكوليستيرول فى المأكولات يتراكم فى الجسم وعلى جدران الأوعية الدموية مما يسبب ضيقها وقلة مرونتها وربما يؤدى إلى إنسدادها.وتصبح كمية الدم التى تصل إلى الأعضاء خلال الأوعية الدموية قليلة ولاتكفى لتغذية الأعضاء والخلايامما يسبب مضاعفات خطيرة مثل السكتة الدماغية وأمراض القلب والذبحة الصدرية وجلطات القلب والمخ وحصوات المرارة..ومعدل الكوليستيرول الكلى يكون أقل من 200 mg/dl..والدهون الثلاثية أقل من 150 mg/dl..والكوليسترول الضارLDL اقل من 160 mg/dl..والكوليسترول النافع HDLاكثر من 35mgldl ويكون من أسبابه...التدخيين والوراثة والغذاء الغنى بالدهون والكوليستيرول ..الكوليستيرول نوعان.LDLوهو ضار ويلتصق بجدارن الاوعية الدموية ويعمل على ضيق حجمها وإنسدادها.وHDLوهو نافع وهو يأخذ المواد الضارة للكبد للتخلص منها

العـــلاج..أ.الحجامة...على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على

مســافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلـى...وأسفل الظهرعلـى الفقرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتـى الحـوض...وعلـى اليـافوخ بـالرأس وهـو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامـة علـى تنشـيط الـدورة الدمويـة وتنظـيم عمـل الجهـاز العصـبى وتنظـيم الإشــارات العصــبية وتنظــيم حركــة الأمعــاء وتقضــى علــى الجــذور الحــرة الضـارة.وتعمل الحجامـة علـى تنشـيط الـدورة الدمويـة وزيـادة تـدفق كـرات الـدم الحمـراء والبيضـاء إلـى جميـع خلايـا الجسـم والأوعيـة الدمويـة.فتقل الألتهابـات وتقليل الكوليستيرول وتخرج المواد المسببه للأمراض والمسببه للوفيات

ب.الغذاءوالأعشاب...١... ورق الزيتون... له دور مفيد فى التخسيس الكلى والموضعى وضبط السكر والضغط وتقليل الدهون الثلاثيـة والكوليستيرول وتقليل دهون الكبد وتنــشيط الــدورة الدمــوية والمنــاعة وحماية القلب والدورة الدمويـة من التجلطـات وإزالـة الخلايـا السرطانية من الجسم ورأيت لـه تـأثيرعلى مرضـى الضغط عجيب وعلى أمراض كثــيرة. ورق الـزيــتون شفاء لكثير من الأمـراض مثل الفيروسات.A.B.Cوتقليل إلتهابات الجسم والمعدة وإزالـة الأمسـاك ومنظف للبطن من الفيروسات والبكتريا والميكروبـات والفطريـات المــعوية.يقوى وينظف الأوعيـة الدمويـة ويذيـد مـن تغذيـة عضـلة القلـب وعضـلات الجسم ويمنـع ضـيق الشرايين وشـرايين القلـب خاصـة ..2...الحبـة السوداء...٣.فص ثوم علـى الريق صباحا ومسـاءا.يقطـع ثـلاث قطـع ويتم بلعـه.يقلـل الكوليسـتيرول والـدهون الثلاثيـة لإحتوائة على إنزيمـات الأليـين والألسـين والـديـاليل تـراى سلفايدوالاس إليليسـيتين والجاريسـلين. ويقلـل الكوليسـتيرول والـدهون...٣.الشـعير.يقضـى علـى الجـزور الحرة الضارة بالجسم ويقلل الكوليستيرول والدهون الثلاثية ويحتوى الشـعير علـى مركبات التوكوترينول والليجنـان والبيتاجلوكان والألياف التى تمتص الكوليستيرول وتتحد معة وتخرجة خارج الجسم...٤ .إستعمال زيت الزيتون فى الطعام والسلطات

فهو زيت أحادى ويحتوى على الأحماض الدهنية الغيرمشبعة.يقلل الكوليستيرول والــــدهون الثلاثيـــــة ومضــــاد للأكســـــدة ويقضـــــى علـــــى الجــــذورالحرة الضارة...٥.السمك.لإحتوائة على الأوميجا ٣ التى تقلل الكوليستيرول وتقضى على الجذورالحرة الضارة وهو مضاد للأكسدة...٦.الجزر.لإحتوائه على الألياف التى تتحد مع الكوليستيرول وتخرجة خارج الجسم...٧.البصل.لإحتوائة على الفلافونيدات والجلوكوبين التى تخلص الجسم من الكوليستيرول الضار وتزيد من النـــوع النــــافع...٨.البرتقــال بقشـــرة الأبـــيض الـــداخلى لأنــــة غنــــى بمــــادة البيوفلافونيدات...٩.الخرشوف.لأنة غنى بالأنيولين والمعادن والألياف وهو يقلل الكوليستيرول الضار...١٠.الشوفان وفول الصويا لإحتوائهم على مادة الليسين التى تكسرالكوليستيرول الممنوعات.المعلبات والسكروالحلويات والمواد الحافظة



٥٥...مرض الســـــــــكــرومضاعفــــــاتة وعــــلاجــة

ملعقة حلبة حصى ٣مرات+ملعقة قرفة مطحونة٣مرت يوميا+ربع ملعقة صغيرة خميرة جافة مرة

معادلــة بــين حبــوب الحلبــة الحصــى مــع القرفــة والكســبرة المطحونــة والـدواءعلى أن يكـون السـكربين ٨٠-١٨٠.فـإن نقـص السـكرعن ٨٠مـج نقلـل جرعـه الـدواء،وإن إرتفـع السـكراكثرمن ١٨٠ نزيـد جرعـه حبـوب الحلبة الحصى غيرالمطحونة والقرفة والكسبرة المطحونة مع ربع ملعقة صغيرة خميرة يوميا

إضـطراب يعجـز فيـة الجسـم عن ضـبط سكرالجلوكوز والـذى يمثل الوقـود الـلازم للخلايا لإنتاج الطاقة وعدم تنظيم الإنسولين وهو الذى يساعد الجلوكوزعلى دخول الخلايا مما ينتج عنه تراكم الجلوكوزفي الدم خـارج الخلايـا مسببا الإجهادوالجوع والعطش وفقدان الـوزن غيـر المتعمـد وزيـادة عـدد مـرات التبـول وقـد يـؤثر علـي أعضاء الجسم كله وهو نوعان...١.السكر المعتمد علي الإنسولين وياتي عـادة في الأطفال وقد يـاتي فـي كبـار السـن ويعجـز فيـه الجسم عن إنتـاج نسبة كافيـه مـن الإنسولين لأسباب كثيرة...٢.السكرالغيرمعتمدعلي الإنسولين ويتمثل فـي مقاومـة الجسم و الجلايا للإنسولين حيث لا تستجيب مستقبلات الإنسولين التـي فـي خلايـا العضلات الهيكليه والكبدوتعجز عن إمتصـاص السكراللازم علـي الـرغم مـن زيـادة الإنسولين بالجسم ويحتـوي الجسم علـي كميـات كبيـرة مـن الإنسولين والجلوكوز وقد تكون الدهون و الوزن الزائد سببا في ذلك وإذا لم يتم خفض الـوزن وخفض الـدهون التـي بالجسـم يفقـد الإنسـولين فاعليتـه ولا ينـتج البنكريـاس بعـد ذلـك

الإنسولين ويصبح مثل النوع الأول.حيث أن وجودالخلايا الدهنيه بالجسم يجعلها تتنافس بشده علي الإنسولين وتمتلك الخلايا الدهنيه مواقع لإستقبال الإنسولين أكثرمن الخلايا العضليه الأساسية للإنسولين أكثرمن ٣٠٠ مرةوعلي ذلك فعلاج السكر هام جدا لأن تراكم الجلوكوز بالخلايا يعمل علي إتلاف الخلايا وأعضاء الجسم كله مثل تلف المخ والعين والأنسجه العصبيه وتصلب الشرايين والنوبات القلبيه والسكتات الدماغيه وتسريب الكلي للبروتينات وإصابتها بالفشل الكلوى والتشخيص يكون بتحليل السكر العشوائي والتراكمي . والتحليل التراكمي أدق

العــلاج...أ.الحجامه...على البنكرياس..أسفل عضمة الصدر لليسار..ويمكن أن تزيد على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وتنظيم عمل الجهاز العصبى وتنظيم الإشارات العصبية وبذلك تقل مشاكل التمثيل الغذائى.وتقضى على الجذور الحرة الضارة.وتعما الحجامة على تنشيط الدورة الدمويه ووصول الغذاء والأكسجين إلي خلايا بيتا في البنكرياس وضبط معدل إفراز الإنسولين في حالة نقصانه كما في النوع الأول أو زيادة عملة كما في النوع الثاني وأثناء الحجامه يفرز الجسم أكسيد النيتريك NO الذي ينشط الدوره الدمويه ويعمل علي ضبط معدل الإنسولين وتعمل قوة شفط الحجامه علي إخراج كميات من الجزورالحره الشارده الضاره بالخلايا السليمه وتعمل الحجامة على التختص من كرات الدم الحمراء التالفه فى الشكل والحجم والتركيب ومنتهيه العمروالتخلص من الأحماض الضاره بالعضلات والنسيج الدهني تحت الجلد مما

يسمح للإنسولين بالإرتباط بمستقبلاته.تكرر الحجامه مرة كل شهر حتي الشفاءويكون التشريط بسن المشرط وخفيف.

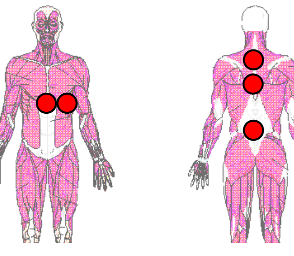
ب...الغذاء والأعشاب...١...ملعقة حلبة حصى بدون طحنها كل ٦ساعات.والمعادلة بين حبوب الحلبة ومقياس السكر بالدم والذى يجب أن يكون بين (٨٠-١٨٠)فإن ذاد السكر عن ١٨٠ نزيد حبوب الحلبة الحصى و إن قل السكرعن ٨٠نقلل جرعة الدواء أوالإنسولين حتى الشفاء تماماونستمر على ذلك

٢...ملعقة قرفة مطحونة ٣مرات يوميا

٣...القرقة والحلبةوالكسبرة...ومشروب الحلبه مع القرفة بدون سكر.تحتوي الحلبة والقرفة علي أكثر من ٦ مركبات تقلل السكر وتنشط الإنسولين وتقلل الكوليستيرول...٤.ملعقة خميرة صغيرة على كوب ماء.لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد.١٢ فيتامين.و١٤معدنا جوهرياو١٦حمض فهى تقلل إلتهاب الأعصاب والإلتهابات....٥..مشروب ورق الزيتون مرتين يوميا..يتم نقع ملعقة ورق زيتون مطحون أو ملئ اليد ورق غيرمطحون على لتر من الماء ليلا ويشرب نصفة صباحا ونصفة مساءا...٦...الثوم والبصل.لإحتوائهم علي الكروم الذي يحفظ النشاط وإنتاج الانسولين فالبصل يحتوي علي الكريسيتين المفيد في إنتاج الإنسولين ومضاد حيوى قوى نافع فالسكر...٧.الكركم..مضاد للأكسدة ومضاد حيوى قوى نافع فى مرض السكر..٨...الخس.مفيد لأنه يحرق الجلوكوز لإنتاج الطاقه ويعمل على تنشيط الإنسولين وهو مفيد جدا لإحتوائه علي مواد مشابه للإنسولين ومواد تزيد من نشاط وعمل البنكرياس...٩.طبق السلطة بزيت الزيتون و الخس والبصل قبل الطعام فهذا يجعل سكر الجلوكوز فى معدله الطبيعي المأكولات المشويه - والمسلوقه هي الأفضل لقلة السعرات الحراريه التي بها...١٠.مشروب عرق السوس.ويقلل منة ذوي الضغط المرتفع لأنه يحتوي علي مادة الجلسريزين التي تمتص الجلوكوز وتخرجه خارج الجسم...١١.البروكلي والبليله والخبز المحتوي علي الرده.يقلل الجلوكوزويحفز إنتاج الإنسولين

للإحتوائهم علي الكروم...١٢.الأسماك.لأنها تحتوى على الأميجا٣التى تقضى على الجـذورالحرة الضـارة بالخلايـا السـليمة... ١٣.الجوافـة والحـرنكش والبرتقـال والفاصـوليا الخضـراء والتفـاح والقـرع العسـلى والكرنـب والرمـان والخرشـوف والتمر الهندى الطبيعى بدون سكر والقرفة والقرنفل.لهم تاثير مباشر على خفض الجلوكـوز وتنشـيط البنكريـاس وتحفيـز إنتـاج الإنسـولين لإحتـوائهم علـى الأليـاف بنسبة عاليـة والتـى تقلـل معدل الجلوكـوز...١٤.العسل الأبيض النقى بـديلا عن السـكر بـدون الإسـراف فـى إسـتعماله.فالعسـل يحتـوى علـى الامـلاح المعدنيـة والبروتينات والفيتامينات وهوأفضل من السكر الأبيض الضار السام...١٥.ملعقة خردل أو زيت خردل+ماء دافى فى إنـاء ويتم وضع وتدليك اليدين والقدمين بـة لأنة يقلل الإلتهابـات ويمنـع التنميل وينشط الـدورة الدمويـة...١٦.الشاى الأخضر بـديل للشـاى الأسـود وذلـك لإحتوائـه علـى مضـادات الأكسـدة ولأنـة يقضـى علـى الجـذور الحـرة الضـارة بالخلايـا والجسـم...١٧.الجينسـينج الأحمـرأوالأبيض مـرة يوميا لأنة يقلل نسبه الجلوكوز بالـدم ويرفـع طاقـة الجسـم...عليك أن تتـابع السـكر بالتحليل حتـى الشـفاء..١٨...زيـت الزيتـون أحـادي مشبع يقلل الجلوكـوز بالجسم إجعله في طعامك والسلطة....الخلاصة...ملعقة حلبة حصى وملعقة كسبرةغير مطحونة كل ٦ساعات...وملعقة قرفة مطحونة كل ٨سـاعات...الحلبـة والقرفـة المشروب الرئيسى..مشروب ورق الزيتون مرتين يوميا

الممنوعــــات...السكر والحلويـات المصـنوعة مـن السـكروالماكولات المحمـرة والمقلية والمعلبات والمياة الغازية



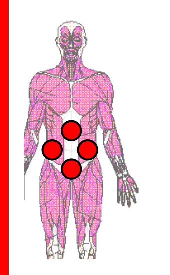
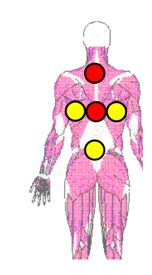


٥٦...الأميبــــــا و الجيـــــارديا..علاجها السنامكه

طفيليات تسبب إسهال وإنتفاخات والآم بالبطن وعدم زيادة الوزن والضعف العام وقلة المجهود وقلة التركيزويتم تشخيصة بتحليل البراز

العــــلاج...الغذاء والأعشاب...١.السنامكة.كوب مغلى بالعسل يوميا على الريق.مفيد للغاية فى قتل الطفيليات يستعمل لمدة ١٠ أيام...٣...ورق الزيتون مشروب مرتين يوميا...٢.فصوص الثوم على الريق صباحا ومساءا يتم تقطيع الثوم إلى ثلاث قطع ويتم بلعه وهو مفيد لخصائصة القوية فى قتل الطفيليات...٣.عصير الليمون بالعسل...٤.عصير الرمان بالعسل لأنة لة خصائص مضادة للطفيليات...٥.عصير الأناناس بالعسل لأنة غنى بالفيتامينات والإنزيمات والمعادن.مضاد للأكسدة.يقلل الجذورالحرةالضارة بالجسم

٦.كوب من القرنفل أوالزنجبيل أوالكركم.لهم خصائص مضادة للطفيليات


٥٧...كثـــــرة العـــــرق ..ورق الزيتون مع التين..المرمرية شراب وغسول

العرق هوإ ستجابة طبيعية يصدرها الجسم عند الشعور بالحمى وإرتفاع درجة حرارة الجسم.الحرارةالعالية.وممارسة الرياضة.والإنفعالات.والخجل.فنجد أن الجهاز العصبى السمبثاوى يتجاوب مع عوامل بيئية أوعاطفية.أوإجتماعية أوغيرذلك.وعادة يكون القلق والإكتئاب من أسبابه ولكن إفراز العرق بكمية أكثر من المعدل الطبيعى فى الظروف والعوامل الطبيعية

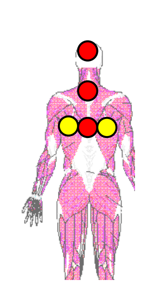
العلاج....أ. الغـــذاء والأعشاب...١.مشروب المريمية مرتين يوميا.لها خصائص تقلل إفراز العرق...٢.الشبة الموضوعية على الأماكن التى يزداد إفرازها للعرق.٣.أضف ملعقة مريمية للمياة التى تستخدم للغسل.٤.ورق الزيتون

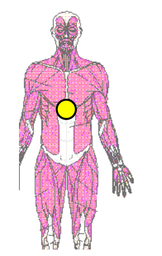
ب...الحجامة...على الكاهلC7الفقرة السابعة العنقية وهى الفقرة الكبيرة أسفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقرة السابعة الصدرية لأعلى وهى على العمود الفقرى مابين أسفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها على مسافه ٥سم أمام حلمتى الصدرمن الخلف لأعلى...وأسفل الظهرعلى الفقرات الرابعة والخامسة القطنية والأولى العجيزيةL4.5..S1وهى على منتصف الظهرمن الخلف بين أعلى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلى...وعلى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام...تعمل على تنشيط الدورة الدموية وتخليص الجسم من كرات الدم الحمراء التالفة فى الشكل والحجم والتركيب والهرمة منتهية العمر وتعمل الحجامة على ضبط هرمونات الجسم

الممنوعــات...القهوه.والشاى.المياة الغازية .المعلبات.القرفة









٥٨...النـمـش والكـــلـــــــــــــف

بقـع صـغيرة تظهـر بالوجـة وتكـون لأسـباب وراثيـة أو لظـروف البيئـة وإخـتلال هرمونى والقلق والتوتر وأسباب نفسية وغير ذلك

العـــلاج...أ.الغذاء والأعشـاب...١.عصيرالليمون بالعسل.لإحتوائـه على فيتامين سى الذى يقوى الأنسجة والخلايا ويجددهاشراباودهانا...٢.عصير الجزر بالعسل.لإحتوائـه علـى مضـادات الاكسـدة دهانـا وشـرابا...٣. والسمسم والبطاطا والمــوز...٤.الزبـــادى.والأنانـــاس والخيـــار وشـــرائح البطـــاطس والعســـل دهاناوشرابا...٥.زيت اللوز الحلو أو المر ...٥.زيت اليقيطين وزيت الزيتون



٥٩- السرطان والوقاية منه...القران والدعاء..والتمر والعسل والماء

برنـاج لرفـع مناعـة الجسـم والوقايـة مـن الامـراض السـرطانية.هـو تغيـر الخلايـا وبخاصـة الحمـض النـووى بالخلايـا وذلـك بسـبب الفيروسـات.والاشـعاع.والسـموم .والغـذاء السـئ المحتـوى علـى السـكر والمـواد الحافظـة والمعلبـات وبدايتـة بسيطة..تكوين خلايا سرطنية قليلـة وجذور حرة ضـارة بالخلايا وتكون قليلـة ثم تزداد حتى يحدث السرطان على هذة المراحل...١.المرحلـة الاولـى.إصـابة الحمض النووى للخلية لأسباب متعددة ويمكن القضاء عليها بالغذاء المفيد مثل الخضروات الداكنـة اللـون والفاكهـة الصـفراء اللونوالبروكلىوالكرنـب والبروكسـلولإحتوائهم علـى السـلفورافان والشـاى الأخضـر والعنـب وعصـيرالجزر لإحتـوائهم علـى الفلافونيـات ومضـادات الأكسـدة والبعد عـن الغـذاء الضـار مثـل السكروالمعلبات والمـواد الحافظـة...٢.المرحلـة الثانيـة.وهـى تكـاثر الخلايـا التالفـة وزيـادة الجذورالحرة الضـارة التـى تتلف الخلايا السليمة وتحفزها وهذا يحدث مـع جهاز منـاعى ضـعيف وغـذاء سـئ ممتلـئ بالمعلبـات والسـكر والموادالحافظـة واللحـوم وإرتفاع الإستروجين والتدخين وبعيدا عن الفاكهة والخضروات ومن الممكن ان يتم القضاء على الخلايا المسرطنة والجذور الحرة الضـارة بالغذاء المحتوى على الأنـانـاس لإنـه على انزيم البروملين.والبصل لإحتوائه على الكوريسيتين والبعد عن المعلبـات والسكر الـواد الحافظـة...٣.المرحلـة الثالثـة.التطـور وتحـول الخلايـا السرطانية إلي كتل سرطانية ويمكن التصدي لـهذه المرحلة بالغذاء المفيد مثل زيت الزيتون والأسماك لإحتوائهم على الأوميجا ٣.والبرتقال واليوسفي لإحتوائهم على مـادة التـانجرتين المكافحـة للخلايـا السـرطانية والتـى تقضـى علـى الجـذور الحـرة

الضـارة.والخضـروات وبـذر الكتـان وفـول الصـويا والشـعير لإحتـوائهم علـى مـادة الليجنـان التـي تكـافح الخلايـا السـرطانية وتقـوي المناعـة ويحتـوى علـى مضـادات الأكسدة ويجب البعد عن أكل اللحوم والبيض والمعلبات...٤.المرحلة الرابعة.الغزو والإنبعـاث وهـي مرحلـة تخـرج فيهـا الخلايـا السـرطانية وتخـتلط بـالخلايـا السـليمة والأعضـاء السليمة وتلتهم الخلايا السرطانية عن طريق الانزيمـات الأكلـة لغشـاء القاعدة الـذي يفصـل العضـوعن مجـرى الـدم ويعتبرالعنـب الأحمروالأسـود بالبـذور والبرتقـال لإحتـوائهم علـى التـانجرتين والريسـفيراترول مـن المـواد المكافحـة للسرطان وللجذور الحرة الضارة في هذه المرحلة ويجب البعد عن اللحوم والسكر والمعلبـات...٥.المرحلـة الخامسـة.هجـرة الخلايـا السـرطانية إلـى الـدورة الدمويـة والجهاز الليمفاوي وتعمل الخلايا على تكوين أوعية دموية خاصة بها حتى تكون أورام سرطانية.ويمكن التصدي لهذه المرحلة عن طريق الغذاء المفيد في الكريز والعنـب الأحمـر أوالأسـود بالبـذور والخـوخ وفـول الصـويا وذلـك لإحتـوائهم علـى الأنثوسـيانين والأيزوفلانيـات المضـادة للخلايـا السـرطانية والجـذور الحـرة الضـارة ويجب البعد عن اللحوم والمعلبات والسكر..الوقاية من السرطان والامراض

أ.الحجامة..علـى الكـاهلC7الفقـرة السـابعة العنقيـة وهـى الفقـرة الكبيـرة أسـفل الرقبة من الخلف تظهرعند إنحناء الرأس للأمام...وأمام منتصف الصدرمن الخلف على T7 الفقـرة السـابعة الصـدرية لأعلـى وهـى علـى العمـود الفقـرى مـابين أسـفل عظمتى اللوح من جهة الظهر...ويمينها ويسارها علـى مســافه ٥سـم أمـام حلمتـى الصـدرمن الخلـف لأعلـى...وأسـفل الظهرعلـى الفقـرات الرابعـة والخامسـة القطنيـة والأولـى العجيزيـةL4.5..S1وهـى علـى منتصـف الظهـرمن الخلـف بـين أعلـى عظمتى الحوض...وعلى اليافوخ بالرأس وهو منتصف الرأس من أعلـى...وعلـى الصدر بين حلمتيى الصدر من الأمام.

ب...الغذاء والاعشاب...١..القران والدعاء وهما شفاء حقيقى لكل مرض

٢.العسل والتمر والماء...ممارسة الرياضة ولو ساعتين كل اسبوع لأن الرياضة تزيد من نشاط الدورة الدموية التي لها دور في الشفاء..والتمروالعسل والماء.أفضل العلاج...٢.الثوم والبصل.يقضيان على الجذور الحرة الضارة بالخلايا لإحتوائهم على الديالیل تراى سلفايد والكوريستين...٣.الشاي الأخضر والعنب الأحمروالأسود بالبذور لإحتوائهم على مضادات الأكسدة والفلافونيات...٤.الخضروات الداكنة والكرنب والبروكسل والفاكهة الصفراء والبرتقال والجزر والقرع العسلي والمشمش لإحتوائهم على الكاريتينويد التي تقضي على الجذور الحرة الضارة بالخلايا وتقضي على الخلايا السرطانية...٥.البروكلى والكرنب والبروكسل لإحتوائهم على مادة السلفورافان التي تقضى على الجذور الحرة الضارة...٦.زيت الزيتون والأسماك لإحتوائهم على مضادات الأكسدة وعلى الأوميجا ٣ التي تقضي على الجذور الحرة...٧.بذورالكتان والشعير وفول الصويا والمكسرات لإحتوائهم على مادة الليجنان التي تقضي على الجذور الحرة وتقوي المناعة...٨.البروكسل والبروكلي والقرنبيط والبطاطس والطماطم والسبانخ والجوافة والفلفل البارد والبطاطا.لإحتوائهم على الألياف وفيتامين سي المضادة للأكسدة...٩.الفراولة والعنب الأحمروالأسود لإحتوائهم على حمض الأجيك المكافح للخلايا السرطانية والجذور الحرة الضارة ويحتوي على مادة الايزوثيوسيانات والفلافونيدات...١٠.التين.لإحتوائه على البنزالدهيد الطبيعي الذي يكافح الأورام...١١.الكركم .لإحتوائه على مادة الكركومين فهو يكافح ويقضي على الخلايا السرطانية والجذور الحرة الضارة بالجسم ...١٢.الحلبة بالبذورلإحتوائها على هرمونات نباتية وتمنع عمل الإستروجين الضار...١٣.الفاصوليا الخضراء لإحتوائها على الأيزوفلافونات التي تقلل من هرمون الإستروجين الضار وتقضي على الجذور الحرة بالجسم...١٤.الشاي الأخضر لإحتوائه على البولي فينولات...١٥.ملعقة خميرة صغيرة على كوب عصير فاكهة تحبه فالخميرة تحتوي على ٤٢ مركب مفيد.١٢ فيتامين.و١٤ معدنا جوهريا.و١٦

حمـــض...١٦.الزنجبيـــل.يكــافح الخلايـــا الســـرطانية لإحتوائـــه علـــى الجنجيرول...١٧.العسل والتمر والماء والدعاء

١٨...ورق الزيتون...يقضي على الخلايا السرطانية

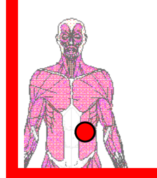
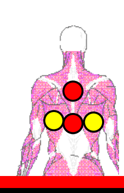
الممنوع...المعلبات لوجود المواد الحافظة التي يصعب على الجسم التخلص منها والتي تزيد من الجذور الحرة الضارة بالجسم وذلك مثل اللانشون والبيفى والبرجروالمياه الغازية والشيبسي والبطاطس المقلية والمقليات بالمطاعم أو في زيت لأكثر من مرة لإحتوائهم على مادة الأكريلاميد المسرطنة.السكروالحلويات المصنوعة منه فهو مادة سامة تزيد من الجذور الحرة بالجسم.اللحوم والدهون والزيوت المشبعة والبيض لإحتوائهم على مادة الأراشيدونيك التي تزيد من الجذور الحرة الضارة.التدخين و الكحولات



٦٠ ...القـــدم السكـــرية والـجـــرح السكـــــرى

لقلة الدورة الدموية بالقدم السكرية يحدث قصور دموي للخلايا ولحدوث جروح بالقدم تموت الخلايا وتتعفن وذلك لأن الدورة الدموية الضعيفة والأوعية الدموية الضيقة أوالمسدودة تمنع وصول كميات كافية من كرات الدم الحمراء والبيضاء فتموت الخلايا وتتعفن دون تجديد وتصبح الأعصاب ذات إحساس ضعيف جدآ للمؤثرات الخارجية وقد يحدث جرح بالقدم ولا يستشعرة مريض القدم السكرية إلا بعدوقت من حدوث الجرح لقلة الإحساس بالأعصاب الطرفية لتراكم سكرالجلوكوز بالأعصاب والأوعية الدموية وتراكم الكوليستيرول والدهون الثلاثية وإتلافها

العلاج...أ.الحجامة و تكون حول الجرح مباشرة ويتم عمل وخز بسن المشرط وتعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية وتصبح الأوعية الدموية أفضل ويتدفق الدم إلى الجرح وتعمل مادة أكسيد النيتريكNO التى يفرزها الجسم أثناء الحجامة على توسيع الاوعية الدموية و تكررالحجامة كل ١٠ أيام حتى الشفاء.... **١.يتم تنظيف الجرح جيدا وقص الأنسجة التالفة الميتة ويتم تطهيره بعد** ذلك جيدا... **٢.يتم وضع هذه التركيبة على الجرح مرتين يوميا صباحا ومساءا** ويتم **تنظيف الجرح جيدا.ويتم وضع العسل وزيت الزيتون وزيت القرع العسلى وزيت حبه البركة والحنة وبروبليزالنحل والكركم وقسط بحري أوهندي.مرتين.ويتم خلطها حتى تصبح مثل المرهم**...٣.لدغ النحل حول الجرح مباشرآونبدأ بواحدة وتزيد العدد تدريجيا وقد يحدث تورم بسبب لدغ النحل وهذا أمر طبيعي.ولدغ النحل يعمل على تنشيط الدورة الدموية وقتل الميكروبات ويتم اللدغ كل ثلاثة أيام ويتم علاج السكروضبطه جيدا.جاءت إمرأة وبها جرح سكرى فى الساق طولة ٢٥سم.تقريباوعريض جدا٨سم.وقرر أطباء الجراحة البتروشفيت



٦١...القـلــق والتـوتـــــــــر

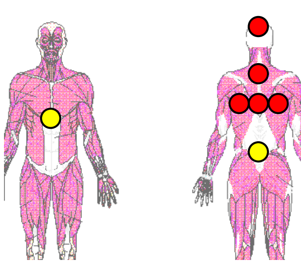
حالة من اليقظة والشعور بالإحباط والتعب وقد ينتــج عن المشـــروبات المنبـــهة والأعمال المرهـقـــة وقـد يســـبب القـلق.ضيق النفس والتـوتر وخفقـان القلب والشعور بـالوخز في الوجه و اليدين والقدمين.حيث يقـوم المخ بإفراز الحمض الأميني السيروتونين وهي مـادة تعمل على تهدئـة خـلايـا الجسم وتبطئ وتقلل الأنشطة الكهربائية بالجسم التي تجعل الجسم متيقظا وقلقا ويقـلل السيروتـونين نقـل النبضـات العصـبية ويحــسن الحـــالة النفـــسية.ولكـن قـــد يســبب القـلـق توتــرالعضلات والخوف من الأماكن المغلقة وقد يعود ذلك لسبب واقعي وحقيقي أوإضطرابات النـوم والإنـهـاك وصعـوبة التـركيـزوالنسيــان والتقـلبات المزاجية وقد يرجع السبب إلى تراكم الاكتات في الجسم وهو ناتـــــــج عــن حمــض اللاكتيك وهذا يسـبب القـلـق وأعراضــــه

الـعــــــلاج...أ.الحجامـــة. وتكـــون عـــلى الكـاهـل C7الفقـــرة الســـابعة العنقيــة.وأمــام منتصــف الصـدرمن الخـلـف علـى T7 الفقـرة الســابعة الصـدرية لأعلــى.ويمينهاويســـارها علـــى مســـافه ٥ســم.أمــام حلمتـــى الصــدرمن الخـلـف لأعلـــى.وأســـفل الظهرعلـــى الفقـــرات الرابعـــة والخامســـة القطنيـــة والأولـــى العجيزيةL4.5..S1.تعمل الحجامة على تنشيط الدورة الدموية و تنظيم الإشـارات العصبية التي تغذي أعضاء الجسم و تعمل الحجامة على تنشيط إفراز الانـدورفين والانكفالين والمورفين والكورتيزون وأكسيدالنيتريكNOولـهم تـأثير كبيرفى تقليل الألم وتـهدئة الجسم وأثناءالحجامة يزدادأكسيدالنيتريك.هومهدئ على خلايا الجسم

ب...الاعشاب والغذاء...١.المحافظة على الصلاة بالمسجد بأوقاتها وقراءة القـرآن والبعـد عـن المحرمـــات...**٢.اللـبن البقـري بـدون دسـم لإحتوائـه علـى**

التربتوفان وهو حمض أميني يتحول إلى السيروتونين الذي له دور كبير في تهدئة الأعصاب...٣.الخس لإحتوائه على مادة اللاكتاكاريوم المهدئة...٤.الزبيب والمكسرات والزبادي لإحتوائهم على الزنك الذي له دور مهم في تقليل التوتروالقلق...٥.الشعيروالموزوالسبانخ والمشمش والبطاطس لإحتوائهم على البوتاسيوم الذي يقلل التوتروالقلق...٦.الذرة والشوفان والزنجبيل والموز والشعيرلإحتوائهم على الميلاتونين الذي يتحول الى السيروتونين الذي له دور هام في تقليل الأرق وتهدئة الأعصاب...٧.البرتقال وعصير الليمون والقرع العسل والفاصوليا والسبانخ وفول الصويا واللوزوالفلفل الأحمر البارد والأفوكاتو والبروكلي .لإحتوائهم على الماغنسيوم الذي له دور كبير في تقليل الأرق...٨.ملعقة خميرة جافة صغيرة على كوب عصير تحبه مرة يوميا لإحتوائها على ٤٢ مركب مفيد.١٢ فيتامين.و١٤معدناجوهريا.و١٦ حمض...٩.الترجان .ويسمى المليسا.لة تأثير مهدئ جدا لإحتوائه على التربينات...١٠.الكاموميل(البابونج) لإحتوائه على مركب الإبيجينين الذي له دور مهدئ قوي...١١.النعناع.مهدئ ويقلل الأرق لإحتوائه على مادة النيبيتا لاكتون المهدئة...١٢.الريحان.الزعتر.القرفة .

ج.الممنوع.السكروالحلويات المصنوعة منه.والقهوة.والشاي.والمياه الغازية.والتدخين لوجود الكافيين والمواد المنبه .





٦٢...مـرض الــحــمــــــــى...علاجـــها الـماء ..الكركم والقسط

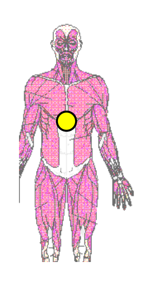
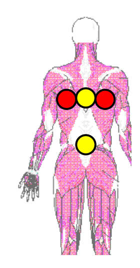
ثبت فى الصحيحين عن نافع عن إبن عمر أن النبى صلى الله عليه وسلم قال(إنما الحمى أو شدة الحمى من فيح جهنم فأدبروها بالماء)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم والماء شرابا وغسلا لبضع دقائق والأفضل أن يكون الإنسان جالس وقت الغسل بالماءعندالمرض.وذلك لأن المريض قد يتعرض للسقوط عند الغسل..ويستعمل القسط الهندى مع الكركم شرابا لما فية من المنافع الكثيرة.فيقتل الفيروسات والبكتريا والفطريات ومقوى للمناعه ومضاد للإلتهابات.مفيد للجهاز التنفسى العلوى والسفلى وأمراض الكلى والحصوات

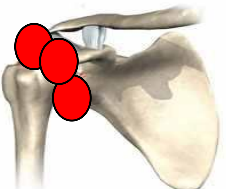
٦٣...خشـــــــــونة والام الــكـتــــــــف

خشونة مفــصل الكتف أقل شيوعا من المفاصل الأخرى.و لكنـه يـؤثر بصورة كبيرة على حـركة الطرف العلوى كله وذلك لعدم قدرة المريض لتوظيف الـطرف العلـوى بصورة فعالـة.وتحـدث هـذة الخشـونة إمـا نتيجـة لإصـابات قديمـة مثـل الكســور أونتيجــة لإصــابات متكــررة مهملــة مثــل الخلــع المتكررلمفصــل الكتـف.وقدتحدث هذة الخشونة بصورة أوليـة أوبـدون سبب ظاهروذلك لعوامل وراثيـة أوبيئيـة.ويعـانى المـريض مـن الآم شـديدة مـع حركـة المفصـل. ويحــتاج لعـمل الاشــعات العـاديــة وأحيــانا الاشـــعة بـالرنين المغناطيسى وذلـك للوقـوف على درجة تأثيرالخشونة على عظام المفصل ويعتبر العلاج التحفظى نـاجحا فى حــالات الخشـــونة البسـيطة فـى مفصـل الكتـــف ويتكـون مـن أدويــة مضــادة للالتهــابات وجلسات علاج طبيعى وتمارين إعادة الحركة.وقد يكون المنظارمفيدا

الـعــلاج.أ..الحجــامة.على الكاهل وأمام منتصف الصدرمن الأمام ومن الخلف ويمينهاويسارهاعلى مسافه٥سم وأسفل الظهروأعلى أماكن الألم بالكتف.تنشيط الدورة الدموية والمناعة وتقليل الإلتهابات.وتكررحتى الشفاء

٢.الـكــــى.علــى أمـاكــن الألــم تنقيطا يعــمل الـكى عـلى تــنشـــيط الــدورة الــدمــويــــــــة والـمـــــــناعة.وتقــليــل الإلتــهــابـــــات

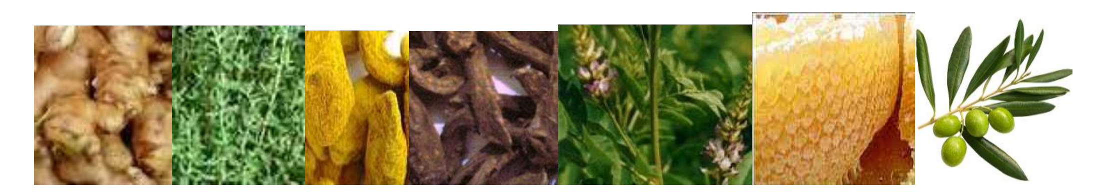






٦٤..مرض الطاعون والأمراض الوبائية المعدية والوقايه منة

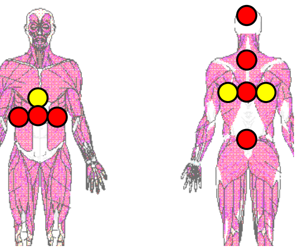
ورد فى الصحيحين عن عامر بن سعد بن أبى وقاصعن أبيه أنه سمعه يسأل أسامة بن زيد .ماذا سمعت من رسول الله صلى الله عليه وسلم فى الطاعون فقال أسامة . قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (الطاعون رجز أرسل على طائفه من بنى إسرائيل وعلى من كان قبلكم فإذا سمعتم به بأرض فلا تدخلوا عليه وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلاتخرجوا منها فرارا منه) وفى الصحيحين عن حفصه بنت سرين قالت قال أنس بن مالك .قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (الطاعون شهادة لكل مسلم) وهوأورام وخراريخ وقرح فتاكة تأتى فى الإبط وخلف الأذن والأرنبة واللحوم الرخوة ومنه الأصفر والأخضر والأسود وهوالأشد خطرا وقد لايفلت منه أحدا .وروى عبد الرحمن ابن عوف قال سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول فى الطاعون(إذا كان بأرض وأنتم بها فلا تخرج.وفى الصحيح أن عمر بن الخطاب خرج إلى الشام.حتى إذاكان بسرغ.لقيه أبى عبيده بن الجراح وأصحابه.فأخبروه أن الوباء قد وقع بالشام.فاختلفوا.فقال لإبن عباس.ادع لى المهاجرين الأولين.قال.فدعوتهم.فاستشارهم.وأخبرهم أن الوباء قد وقع بالشام.فاختلفوا فقال له بعضهم.خرجت لأمرفلا نرى أن نرجع عنه أبدا.وقال أخرون.معك بقيه الناس.وأصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم فلا نرى أن تقدمهم على هذا الوباء فقال عمر ارتفعوا عنى ثم قال ادع لى أنت هاهنا من مشيخه قريش من مهاجره الفتح.فدعوتهم له.فلم يختلف عليه منهم رجلان.قالوا نرى أن ترجع بالناس.ولاتقدمهم على هذا الوباء.فأذن عمرفى الناس إنى مصبح على ظهر.فأصبحواعليه.فقال أبو عبيده بن الجراح.يا أمير المؤمنين.أفرارامن قدر الله تعالى.قال لوغيرك قالها يا أباعبيده.نعم نفر من قدر الله تعالى إلى قدر الله تعالى.أرأيت لو لك إبلا فهبطت وادياله عدوتان.إحداهما خصبه.والأخرى جدبه.ألست إن رعيتهاالخصبه.رعيتها بقدر الله تعالى.وإن

رعيتها الجدبه رعيتها بقدر الله تعالى.قال.فجاء عبدالرحمن بن عوف.وكان متغيبا فى بعض حاجاته.فقال إن عندى فى هذا علما.سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول.أذا كان بأرض وأنتم فيها.فلاتخرجوا فرارا منه.وإذا سمعتم به بأرض.فلا تقدموا عليه)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم...روى البخارى فى صحيحة تعليقا.من حديث أبى هريرة عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال(فرمن المجذوم كماتفرمن الأسد)...وفى سنن ابن ماجه.من حديث بن عباس.أن النبى صلى الله عليه وسلم قال(لاتديموا النظرإلى المجزومين)...وفى الصحيحين من حديث أبى هريرة.قال.قال رسول الله صلى الله عليه وسلم.لا يوردن ممرض على مصح)



٦٥...مرض الإستسقاء وعلاجه وإنتفاخ البطن بالسوائل

ورد فى الصحيحين من حديث أنسبن مالك قال(قدم رهط من عرينه وعكل على النبى صلى الله عليه وسلم فاجتووا المدينة فشكوا ذلك إلى النبى صلى الله عليه وسلم فقال لو خرجتم إلى إبل الصدقه فشربتم من أبوالها وألبانها ففعلوا فلماصحوا عمدوا إلى الرعاه فقتلوهم واستاقوا الإبل وحاربو الله ورسوله فبعث رسول الله صلى الله عليه وسلم فى أثارهم فقطع أيديهم وأرجلهم وسمل أعينهم وألقاهم فى الشمس حتى ماتوا)





٦٦...الـجـروح وعــــــلاجــــــها

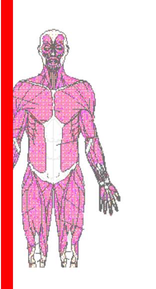
ورد فى الصحيحين عن أبى حازم أنه سمع سهل بن سعد يسأل عما دووى به جرح رسول الله صلى الله عليه وسلم يوم أحد فقال (جرح وجهه وكسرت رباعيته وهشمت البيضه على رأسه وكانت فاطمه بنت رسول الله صلى الله عليه وسلم تغسل الدم وكان على ابن أبى طالب يسكب عليها بالمجن .فلما رأت فاطمه الدم لايزيد إلا كثرة.أخذت قطعة حصير فأحرقتها حتى صارت رمادا ألصقته بالجرح فاستمسك الدم) لما فى الحصيرمن مواد توقف النزيف ويقطع سيلان الدم

٦٧...الصـــرع وعــلاجـــــــــه

أخرجا فى الصحيحين من حديث عطاء ابن أبى رباح قــال.قال ابن عباس .ألا أريك إمــرأة من أهل الجنه.قلت بلى قال.هذه المرأة السوداء.أتــت النــبى صـلى الله عـليه وسلم فقالت.إنى أصرع وإنــى أتكشــف.فادع الله لى .فقال(إن شئت صبرت ولك الجنة.وإن شئت دعوت الله لك أن يعافيك)فقالت أصبر.قالت فإنى أتكشف.فادع الله أن لا أتكشف.فدعا لها)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم فالدعاء هو الشفاء

٦٨ ...عـرق النســـــا وعـــــلاجـــــــــــه

روى ابـن ماجـه فـى سـننه مـن حـديث محمـد ابـن سـيرين.عـن أنـس بـن مـالك.قـال.سمـعت رسـول الله صلى الله عليـه وسلم يقـول (دواء عـرق النسـا أليـة شـاة أعرابيـة تـذاب.ثـم تجزأ ثلاثة أجزاء.ثـم يشرب على الريق فـى كل يوم جزء)صدق رسول الله صلى الله عليـه وسلم وهو ألـم شديد يبتدأمن مفصل الورك وينزل من الخلف على الفخـذ وقـد يمتـد إلـى الكعب وكلما طالت مـدتـه زادت شـــدتـــه...وقـدكويت علـى الأمـاكن المؤلمـة ورأيـت تحسـنا للحالات فالحال



٦٩...أمــراض الجــنـــب وعــلاجــهــاروى الترمذى فى جامعه من حديث زيد ابن أرقم .أن النبى صلى الله عليه وسلم.قال(تـــداووا من ذات الجنب بالقسط البحرى والزيت)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم والقسط مفيد لأمراض الجنب والكلى ويذيب حصواتها.فإن كان لا محاله فالكى شفاء.ورد فى صحيح البخارى.لحديث أنس.أنـه كـوى مــن ذات الجنب والنبى صلى الله عليه وسلم حى)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم

٧٠...طـعـــام الـمــريـض

روى الترمذى فى جامعه وابن ماجه.عن عقبه ابن عامر الجهنى.قال.قال رسول الله صلى الله عليه وسلم.(لاتكرهوا مرضاكم على الطعام والشراب.فإن الله عز وجل يطعمهم ويسقيهم)وأفضل العلاج الماء والتمر والعسل فى المرض حتى الشفاء

٧١...أمراض الـزور واللـوزتـين والحلـق (العــــــذرة)

ثبت عن النبى صلى الله عليه وسلم فى الصحيحين أنه قال(خيرماتداويتم به الحجامه والقسط البحرى.ولاتعذبواصبيانكم بالغمز من العذرة) صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم.وفى السنن والمسند عنه من حديث جابر ابن عبدالله .قال.دخل رسول الله صلى الله عليه وسلم على عائشة رضى الله عنها وعندها صبى يسيل منخراه دما.فقال.ماهذا.فقالوا به العذرة.أو وجع فى رأسه.فقال.ويلكن لاتقتلن أولادكن.أيما أمرأة أصاب ولدها عذرة أو وجع فى رأسه.فلتأخذقسطا هنديا فلتحكه بماء ثم تسعطه أياه) فأمرت عائشة رضى الله عنها ففعلوا ذلك للصبى فبرأ بإذن الله.والعذرة .إلتهاب شديد بالحلق واللوزتين .والقسط يقوى المناعه ويقضى على الفيروسات والبكتريا والفطريات دون ضرر

٧٢...أمـراض الـقـلــب وعــلاجـــــــــها

روى أبوداود فى سننة من حديث مجاهد عن سعد.قال.مرضت مرضا.فأتانى رسول الله صلى الله عليه وسلم يعودنى.فوضع يدة الشريفه بين ثديي.حتى وجدت بردها على فؤادى.وقال لى.إنك رجل مفؤد فأتى الحارث ابن كلده من ثقيف.فإنه رجل يتطبب.فليأخذسبع تمرات من عجوة المدينه.فليجأهن بنواهن ثم ليدلك بهن)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم.والمفؤد هو مريض القلب

٧٣...الـوقـايـه مـن الـمـس والـسحـر وعـلاجـــــــــه

ورد فــى الصــحيحين مــن حــديث عــامر ابــن ســعدابن أبــى وقــاص .عــن أبيــه.قــال.قــال رسول الله صلى الله عليه وسلم (من تصبح بسبع تمرات من تمر العالية.لم يضرة ذلك اليـوم سم ولاسحر)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم.وفى لفظ(من أكل سبع تمرات ممابين لابتيها.حين يصبح.لم يضــره ســم حتــى يمــسى)صــدق رســول الله صلى الله عليه وسلم والتــمر غــــــذاء وشــفـاء

٧٤...الـحـمـيـــــــه ومـنــافـعـــــــــــهـا

قال تعالى (وإن كنتم مرض أو على سفر أو جاء أحد منكم من الغائط أو لامستم النساء فلم تجدوا ماء فتيمموا صعيدا طيبا) صدق الله العظيم والحمية شفاء للمريض وأنفعها الماء والتمر والعسل ومن حمى نفسه من الطعام حمى نفسه من الأمراض..ورد فى حديث فى سنن ابن ماجد وغيره عن أم المنذر.بنت قيس الأنصاريه.قالت .دخل على رسول الله صلى الله عليه وسلم ومعه على.وعي ناقه من مرض.ولنا دوالى معلقه.فقام رسول الله يأكل منها.وقام على يأكل منها.فطفق رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول لعلي.إنك ناقه.حتى كف.قالت.وصنعت شعيرا وسلقا.فجئت به.فقال النبى صلى الله عليه وسلم لعلي.من هذا أصب.فإنه أنفع لك.وفى لفظ.فقال.من هذا فأصب.فإنه أوفق لك)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم

٧٥...أمــراض الـعـيــن والــرمـــــد وعــلاجـــــــــها

ورد فــى سنن ابــن مــاجـــه عــن صـهيب قـال قدمت علـى النبـى صـلى الله عليـه وسلم وبين يديـه خبزوتمر.فقال .إدن فكل.فأخذت تمرا فأكلت،فقال.أتأكل تمــرا وبــك رمــد.فقـلت يــا رســـول الله.أمضغ من النـاحيـة الأخـرى.فتبسم رسـول الله صلى الله عليه وسلم وأفضل علاج العين وأمراضها كحل الإثمد ومـاء الكمـأة.ورد فــى ســنن(بــن ماجــه)عـن ابــن عبــاس.رضــى الله عنـهمـا يرفعـه.خيـر أكحــالكم الأثمد.يجلو البصر وينبت الشعر. صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم

٧٦...عــلاج الــطــعـام الـذى ســقــط فيــه الــذبــــــــاب

ورد فى الصحيحين من حديث أبى هريرة.أن رســول الله صــلى الله عــليه وسلم .قـال.إذا وقـع الـذباب فـى إنـاء أحـدكم.فـامقلوه.فـإن فـى أحـد جناحيـه داء.وفـى الأخرشفاء)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم

٧٧...عــلاج حــســـــاسيـــه الــجـلـــدوالــحــكـــــــه

ورد فـى الصـحيحين مـن حـديث قتـاده.عـن أنـس بـن مالـك قـال رخص رسـول الله صلى الله عليه وسلم.لعبد الـرحمن بـن عوف.والزبيربن العوام.رضـى الله تعـالى عنـهما.فى لبس الحريرلحكه كانت بهما)صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم.أن رســول الله صــلى الله عليــه وســلم.والأســماك.والبــابونـج.والأقحــوان.والنعنــاع والزعتروالزنجبيل والقرنفــل والبروبليز مشـــــــــروبا وتدليكا على الجلـــــــــد

٧8...علاج سقوط الـشعر.كحل الإثمد يجلوالبصروينبت الشعر

١-الجزروعصـــير الجزرللإحتوائـــة علـــى الكـــاروتين ومضـــادات الأكســـدة والفيتامينات...٢-اللبن والأفضل الرايب..والسلطة بزيت زيتون مفيدة للغايـة...٣-الخميرة الجافة معلقة خميرة صغيرة على كوب عصير.لإحتوائها علـى ٤٢ مركب مفيد .١٢ فيتـامين.١٦ حمـض.١٤ معدنا جوهريـا...٤-عصير الليمـون-لإحتوائـة علـى الفيتامينـات وفيتـامين سـى ومـادة الليمـونين ...٥-الخيـار لإحتوائـة علـى الكبريـت-والروزمـارى.٦...جوزالهنـد-العسل وحبـوب اللقـاح...٧-الصبارلإحتوائة على مضادات الأكسدة وإنزيم الديسميوتي...٨..الفلفل الأحمر البارد لإحتوائـة على مضـادات الأكسـدة والهسـتامين.ونبـات القـراص...٩.الشـاى الأخضرلإحتوائة على مضــادات الأكســدة والفيتامينــات...١٠.والزعتــر..يحتــوي علــى زيــت طيارشــرابا أودهانـا.١١..السفرجل والفجل فول الصويا لإحتوائـة على البيوتين (Biotin) وهو أحد المغذيات الـهامة التي تشبه الفيتامينات.ومن المواد الطبيعية التي تحتـوي على البوتين الثــوم والجنسنــج الأمــريكــي والشوفان والشعير والأفوكـادو وبـذور القطـن والــذرة والسمســم .وبذورالحلبــة والبقــدونس..زيــت الزيتــون...زيــت الورد..زيت الآس ..زيت الحنظل ...الحنة...الكثيراء... زيت خروع..كحل الإثمد

٧٩...الســــــــــم وعــــــــلاجــــــــــه

ذكرعبدالرزاق عن معمر.عن الزهــــرى.عن عبد الرحمن بن كعب بن مالك.أن إمرأة يهودية أهــدت إلى النبى صلى الله علية وســلم شاة مصلية بخيب.فقال ماهذه.قالت هديه.وحذرت أن تقول من الصدقه.فلا يأكل منها.فـأكـــل النبى صلى الله عليه وسلم.وأكل الصحابه.ثم قال أمسكوا.ثـم قــال للمــرأة.هل سممت هـذه الشــاه.قــالت مــن أخبرك بهذا.قال هذا العــظم لساقها وهوفى يدة.قالت نعم.قال لم.قالت أردتإن كنت كاذبا أن يستريح منك الناس.وإن كنت نبيا لم يضـــرك.قــال فاحتجم النبى صلى الله عليه وسلم.ثلاثه على الكاهل.وأمرأصحابه يحجموا.فـاحتجموا فمات بعضهم

٨٠...علاج الحسد evil eye.................روى مسلم فى

صحيحه.عن ابن عباس.قال.رسول الله صلى الله عليه وسلم.العين حق ولوكان شئ سابق القدرلسبقته العين.صدق رسول الله صلى الله......وفى صحيح مسلم عن أنس رضى الله عنه.أن النبى صلى الله عليه وسلم.رخص فى الرقيه من الحمى والعين والنمله...وفى الصحيحين.عن عائشة قالت.أمرنى النبى صلى الله عليه وسلم.أوأمرأن نسترقى من العين

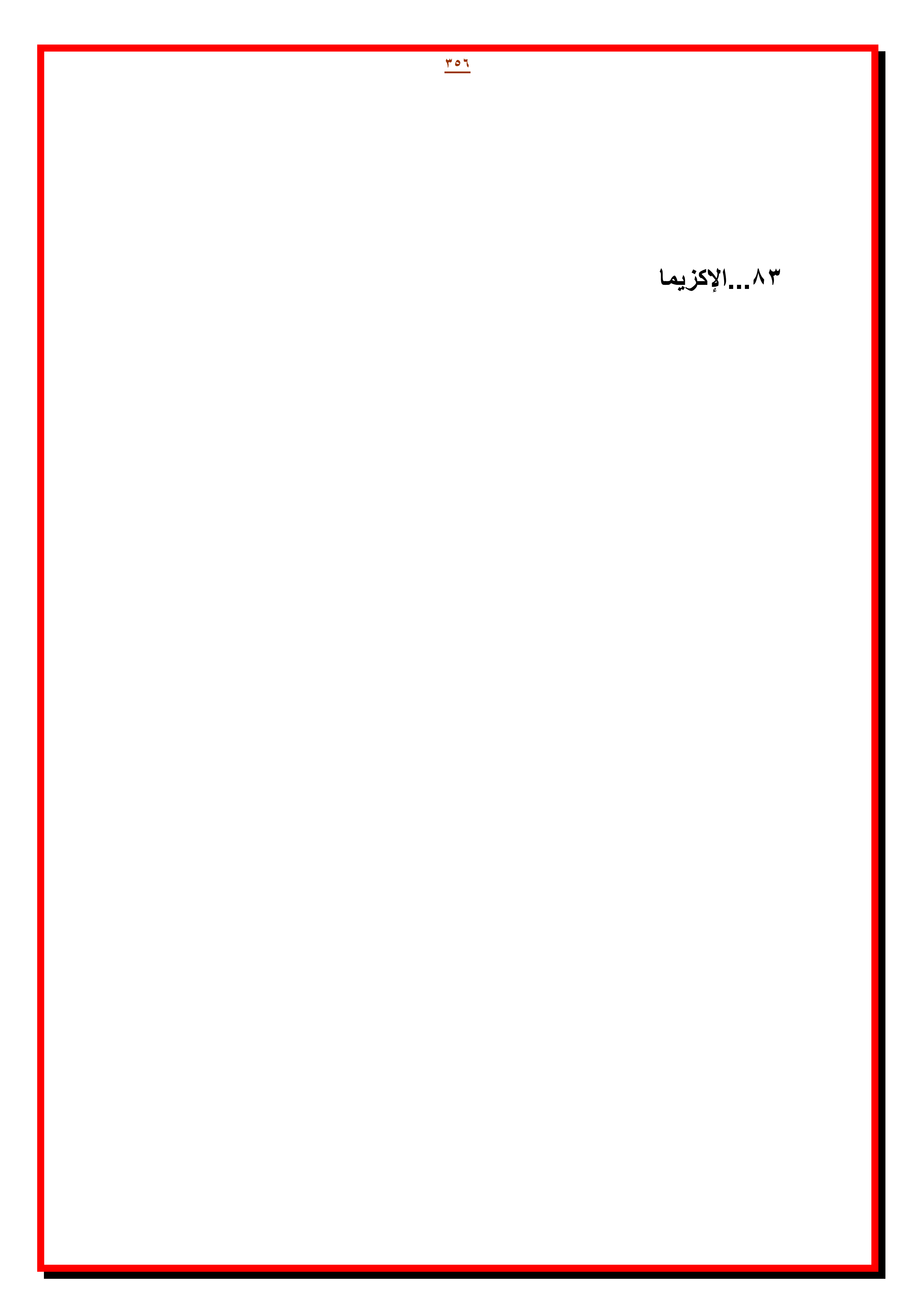
٨١...الإنفلونزا..إنفلونزا الطيور والخنازيروغيرهاعموما

القسط الهندى أو القسط البحرى..ورق الزيتون...مع العسل

٨٢- علاج الأمراض بالـــــرقـيـة الإلـهــــــيه

روى أبى داوود فى سننه من حديث أبى الدرداء.قال.سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول.من إشتكى منكم شيئا أوإشتكه أخ له فليقل.ربناالله الذى فى السماء.تقدس إسمك.أمرك فى السماءوالأرض كما رحمتك فى السماء.فاجعل رحمتك فى الأرض.واغفرلنا حوبنا وخطايانا أنت رب الطيبين.أنزل رحمه من رحمتك.وشفاءا من شفاءك على هذا الوجع.فيبرأ بإذن الله..وفى صحيح مسلم.عن أبى سعيد الخدرى.أن جبريل عليه السلام.أتى النبى صلى الله عليه وسلم.فقال يا محمد إشتكيت.فقال نعم.فقال جبريل.عليه السلام.باسم الله أرقيك من كل شر يؤذيك من شر كل نفس أوعين حاسدالله يشفيك.باسم الله أرقيك.روى ابن ماجه فى سننه.من حديث على قال.قال رسول الله صلى الله عليه وسلم.خير الدواء القران......فضل الرقيه بالفاتحه.......ورد فى الصحيحين.من حديث أبى سعيد الخدرى.قال.إنطلق نفرمن أصحاب النبى صلى الله عليه وسلم.فى سفرة سافروها.حتى نزلوا على حى من أحياء العرب.فاستضافوهم فأبوا أن يضيفوهم.فلدغ سيد ذلك الحى.فسعوا له بكل شئ.لاينفعه شئ.فقال بعضهم لوأتيتم هذا الرهط الذين نزلوا لعلهم أن يكون عند بعضهم شئ.فأتوهم.فقالوا.أيهاالرهط إن سيدنا لدغ وسعينا له بكل شئ لاينفعه.فهل عند أحدكم منكم من شئ.فقال بعضهم.نعم والله إنى لأرقى.ولكن إستضفناكم فلم تضيفوننا.فما أنا براق حتى تجعلوالناجعلا.فصالحوهم على قطيع من الغنم.فانطلق يتفل عليه.ويقرأ الحمدلله رب العالمين.فكأنماأنشط من عقال.فانطلق يمشى وما به من قلبه.قال.فاوفوهم جعلهم الذى صالحتوهم عليه.فقال بعضهم.إقتسموا.فقال الذى رقى.لاتفعلوا حتى نأتى رسول الله.صلى الله عليه وسلم.فنذكروا له الذى كان.فننظر ما يأمرنا.فقدموا على رسول الله صلى الله عليه

وسلم.فذكروا له ذلك.فقال.ومايدريك أنها رقيه.ثم قال.قدأصبتم.أقسموا وأضربوا لى معكم سهما....فالرقيه بالقران والفاتحه شفاء عظيم...وقراءة الفاتحه على ماء زمزم له الأثر الطيب فى الشفاء..ولنفس الراقى أثر على نفس المرقى فتدفع المرض بإذن الله..لقوله ومن شر النفاثات فى العقد...روى أبى شيبه فى مسنده.من حديث عبدالله بن مسعود.قال.بينمارسول الله صلى الله عليه وسلم.يصلى.إذ سجد فلدغته عقرب فى أصبعه.فانصرف رسول الله صلى الله عليه وسلم.وقال.لعن الله العقرب لا تدع نبيا ولاغيرة.قال.ثم دعا بإناء فية ماء وملح.فجعل يضع موضع اللدغه فى الماء والملح.ويقرأ.قل هو الله أحد.والمعوذتين..وروى مسلم فى صحيحه.عن أبى هريرة.قال .جاء رجل إلى النبى صلى الله عليه وسلم.فقال.يارسول الله.مالقيت من عقرب لدغنى البارحه.فقال.أمالوقلت حين أمسيت.أعوذبكلمات الله التامات من شرماخلق.لم تضرك



٨٣...الإكزيما

٨٤...الجانجليون

٨٥...خشونه المفاصل

٨٦...أفضل الأعشاب لشد تجاعيد البشرةعلاج تجاعيد العين والوجه

التجاعيد من علامات الشيخوخة وفقدان الكولاجين الموجود في الجلد مع تقدم السن يتسبب في التجاعيد وظهور التجاعيد عملية بيولوجية ولكن الجذور الحرة والأشعة فوق البنفسجية تساعد في ظهورعلامات الشيخوخة وخاصة تحت العينين

العـــــــلاج

١. زيت الزيتون.أفضل الزيوت لتدليك البشرة. ومصدر جيد لمضادات الأكسدة مثل الفيتامينات A و E التي تحارب الجذورالضارة بالبشرة ومع التدليك يخترق عمق الجلد ويوفرحماية طويلة الأمد ويحافظ على بشرة رطبة.ومع الخياروالعسل أفضل

٢. الحلبة.غنية بالفيتامينات والمعادن التي يتم إستيعابها بسهولة من قبل الجسم وتساعد في علاج التجاعيد والخطوط الدقيقة. يتم نقع بذور الحلبة في الماء لمدة ١٢ساعة ويتم طحنها وخلطها مع العسل ويتم تدليك البشرة بة

٣.الصبار.يحتوي على حمض الماليك الذي يساعد على تقليل التجاعيد وتحسين مرونة الجلد.يتم وضع الهلام الداخلي على البشرة لمدة ١٥دقيقة وغسلة بالماء

٤.الزنجبيل.مضادة للتجاعيد يحتوي على مضادات الأكسدة. ويساعد على عدم انهيارالإيلاستين وشد التجاعيد والخطوط الدقيقة . مع العسل وزيت زيتون

٥.الموز.غني بالفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة التي تكافح التجاعيد والخطوط الدقيقة

٦.اللوز .يحتوي على فيتامين E والحديد، والزنك، والكالسيوم، وحامض الفوليك، وحمض الأوليك، فهو يؤخرعملية الشيخوخة وعلاج التجاعيد ويفضل مع الحليب والدقيق الزيرو

٧. الجزر.يحتوي على نسبة عالية من فيتامين (أ)، الذي يعزز إنتاج الكولاجين ويساعد على إبقاء البشرة ناعمة

٨. عصير ليمون.يحتوي على حمض الستريك الذي يعمل كمقشر قوي ويساعد على التخلص من خلايا الجلد الميتة. وكذلك التجاعيد والخطوط الدقيقة وغيرها من علامات الشيخوخة والهالات السوداء.

٩. الأناناس. بة الانزيمات التي تعززمرونة الجلد، وترطب البشرة، و تساعد في القضاء على خلايا الجلد الميتة كذلك. غني بالمواد المضادة للأكسدة والألياف والفيتامينات المفيدةللجلد

١٠. المياه. شرب المياه هي واحدة من أسهل وأنجح العلاجات المنزلية لعلاج التجاعيد. الماء يحافظ على الجسم رطب ويحافظ على مستوى الرطوبة في الجلد.عندما يجف الجسم تتأثر البشرة. تجنب الكحول والمشروبات الغازية.

١١. الطماطم . علاج فعال جدا للتجاعيد الوجه. تناول الطماطم يوميا يساعد في شد الجلد وإعطاء خديك احمرار طبيعي. أكلا وتدليكا

١٢. الخيار.مفيد لعلاج التجاعيد ولحصول على بشرة شابه.أكلا وتدليكا

١٣. العسل والليمون.العسل وعصير الليمون معا على الوجه نصف ساعة

١٤. البابايا.ممتاز جدا لإزالة التجاعيد والخطوط الدقيقة.تدليك التجاعيد بها

١٥. بياض البيض.للتجاعيد الموجودة على اليدين والوجه. افصلي الجزء الأبيض من البيضة، وأخلطي ملعقتين طعام كل من الغليسيرين وماء الورد مع بياض البيض، اخلطي المكونات جيدا ضعيها على التجاعيد، لتخلص من تجاعيد تحت العين يمكنك تطبيق بياض البيض مباشرة تحت العينين.

١٦. المشمش.مصدر غني جدا بالماغنيسيوم والبوتاسيوم والفسفور والكالسيوم يغذي بشرتك مع العسل والليمون والحليب على أماكن التجاعيد لمدة ربع ساعة

١٧.خشب الصندل.علاج قديم جدا للتخلص من التجاعيد الجلدية مع ماء الورد

١٨. الفراولة.ممتازة في التخلص من تجاعيد الوجه.

١٩. النعناع . مع العسل والبيض والليمون

٢٠. الزبادي.الشاي .الأرزالمطحون.العدس المطحون.المكسرات المطحونة بالعسل والليمون

٣٠. زيت جوز الهند. الروزماري وزيتة .الزنجبيل وزيتة. زيت الخروع بالعسل

٣٥. العسل والبطاطس.الأفوكاتو.مكعبات الثلج.الأناناس وعصيرةالطبيعي.البرتقال

٨٧...فيتامينات واعشاب.. قد تكون بديلة للعلاج بالكورتيزون

زيت الزيتون وأوراقة وقشرالصفصاف الأبيض.لحاء شجر الصنوبر.البيكنوجينول وهومُضاد للأكسدة من لحاء شجر الصنوبر البحري الفرنسي يُخفف من الانتفاخ المؤلم وهو غني بمادة الفلافونويدز ولة نفس تأثيرات الغدة الكظرية. بالاضافة الى مميزات في معالجة الإلتهابات. ويحافظ على معدل طبيعي للجلوكوز ويخفض ضغط الدم بالاضافة الى قدرته على تحقيق إسترخاء للأوعية الدموية بذورالكتان. فيتامين أ، د، اي،السيلينيوم والزنك .مضادات الاكسدة فيتامينات أ،د، اي بالاضافة للسلينيوم والزنك لدعم جهاز المناعة. البروكلي، الجزر، الطماطم مصدراً غنيا بفيتامين أ والزنك. بينما يظهر فيتامين دي في الحليب بالاضافة الى ان التعرض للشمس يدعم وجوده.وفيتامين اي فهو متوفر في بذور عباد الشمس، الافوكادو والقمح. اما بالنسبة للسلينيوم فهو متوفر في اللحوم الحمراء بالاضافة للأسماك ومنتجات البحر. أفضل بدائل طبيعية مضادة للبكتيريا لمحاربة العدوى.الثوم وعرق السوس والكركم

٨٥... الأطعمة المضادة للميكروبات والفطريات والديدان واليرقات

١...القسط الهندي والقسط البحري..ورق الزيتون ..الزنجبيل .الزعتر

٢...الكركم. ضد الايشرشيا كولاى والستاف اوريس والسودومونس المكورات العنقودية.

٣...العسل.واحد من أقدم العلاجات المضادة للميكروبات.يحتوى على انزيم يطلق بيروكسيد الهيدروجين الذى يقتل انواع معينة من البكتريا

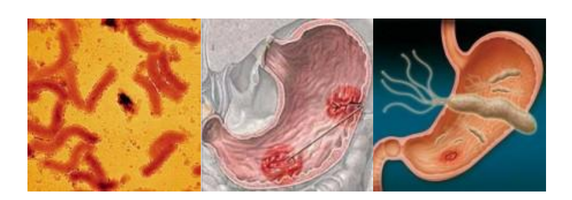
٤..البصل والثوم.الريحان وزيتة.القرفة.الروزماري.الكافور زيت جوزالهند..الأطعمة المخمرة

٥...الليمون يحتوى على الكومارين والتيترازين مفيدين لمكافحة العديد من مسببات الأمراض.الفجل.الفلفل الحار

٦...الأناناس.يحتوى على انزيم يدعى بروميلين يساعد على الهضم ولكنه أيضا مضاد للبكتيريا ويستخدم كغسول للفم للقضاء على الخلايا المسببة للعدوى بالفم

٨٦...علاج الحموضة بالاعشاب

البطاطس.الريحان . جوز الهند . عصير الليمون.الكزبرة الخضراء.الكمون . الموز البطيخ الينسون.أوراق البسلة.الحليب واللبن الرايب.الخس.اللوز.السبانخ، الكرنب الحمص، الكرفس، الجزر، التفاح.الخيار.القرنفل . الشمر.الزنجبيل.الصبار الجاف. البابونج .الهيل .الثوم



٨٨...علاج فطريات الجلد

زيت شجرة الشاي.زيت جوز الهند.الصبار وزيتة. زيت الزيتون.الزبادي لاحتوائه على "البروبيوتيك" زيت الأوريجانو.الثوم.خل التفاح.الكركم. أوراق النيم



٨٩...أعشاب لمحاربة السرطان

الزنجبيل.إكليل الجبل.الكركم.الفلفل الحار.النعناع.الزعتر.الثوم.الشمر.الزعفران الكمون.القرفة.القرنفل

الخضراوات مثل..البروكلي والقرنبيط واللفت والملفوف بانواعه. بهم مواد مضادة للسرطان مثل مادة الايزوثيوسيانيت Isothiocyanate والخضروات الداكنة كالجرجيروالسبانخ والخس بهم كمية عالية من الالياف وحمض الفوليك ومضادات الاكسدة(الكاروتينات)التي تكافح السرطان.البنجر والكرنب الاحمر بهم مضادات اكسدة. وتناول الجرجير يمنع الحمض النووي للخلايا من التلف ويحارب تكون الخلايا السرطانية. واظهرت الابحاث دور السبانخ في الحماية من سرطان المثانة لاحتوائها على الكلوروفيلين، ولها دورفي الحد من خطر الاصابة بسرطان الكبد الطماطم (البندورة) لإحتوائها على مضادات الاكسدة المعروفة باسم الليكوبين المسؤلة عن إعطائها اللون الاحمر والفلافينويدز. واثبتت العديد من الدراسات ان الليكوبين وهي المادة الكيميائية النشطة في الطماطم،تؤدي لخفض مخاطر الاصابة بالعديد من انواع السرطان وخاصة البروستات والثدي والرئة وسرطان القولون الثوم والبصل ويعتبران من ابرز الاطعمة لمحاربة السرطان لإحتوائهما الاليسين والسيلينيوم والكوريستن وتكافح السرطانات وخاصة سرطانات الجهاز الهضمي والبروستاتا

البطاطا الحلوة، البيتا كاروتين هو احد مضادات الاكسدة القوية. وقد اظهرت الدراسات ان الاشخاص الذين يتناولون نظاما غذائيا غنيا بالبيتا كاروتين والموجود في الخضار والبرتقال والخضر الورقية تقل لديهم مخاطر الاصابة بسرطان، وخاصة في الرئة والقولون، وسرطان الثدي والراس والرقبة والبروستات والمعدة.ويعمل البيتا كاروتين على الوقاية من بعض انواع السرطان من خلال تعزيز خلايا الدم البيضاء في الجهاز المناعي والتي تعمل على منع الجذور الحرة المضرة للخلية والقضاء عليها.

الفواكه مثل الرمان ، حيث يحتوي على كمية عالية من المغذيات النباتية ومضادات الاكسدة من الفلافونويدات والبولي فينولات، التي تعمل سويا كعنصر فعال جدا لمحاربة الامراض ومكافحتها، مما يعمل على ابطاء نمو الخلايا السرطانية وبالتالي انخفاض خطر الاصابة بالسرطان، خصوصا سرطان البروستات وسرطان الثدي وسرطانات الغدد الليمفاوية...الجريب فروت ، حيث يحتوي على فيتامين C وهو مضاد للاكسدة موجودة في كثير من الفواكه والخضروات مثل : البرتقال والفلفل، والقرنبيط، و يساعد على منع تكوين

مركبات النيتروجين المسببة للسرطان. وتم ربط فيتامين (C) بتقليص خطر التعرض للسرطانات مثل سرطان المعدة والقولون والمريء والمثانة، وسرطان الثدي، وعنق الرحم...التوت والعنب والنبيذ الاحمرالمستخلص منها ،حيث يحتوي ellagic acid and anthocyanosides- بالاضافة الى مضاد للاكسدة يسمى pterostilbene، حيث وجدت بكميات عالية في التوت، مما يجعل له خصائص مضادة للسرطان...البذور والبقوليات والفول السوداني وفول الصويا...البقوليات مثل الفول، البازلاء والعدس، تحتوي على نسبة جيدة من مضادات الاكسدة حيث تعتبر غنية بفيتامين "E" والذي يعد من اقوى مضادات الاكسدة...فول الصويا، والعنصر النشط في فول الصويا هو الجينيستين، وهو الاستروجين النباتي الذي يحمي ضد امراض السرطان...الفول السوداني وزبدة الفول السوداني، حيث تحتوي على كمية عالية من فيتامين "E " وهو فيتامين يقلل من خطر الاصابة بسرطان المعدة والقولون والرئة والكبد، وانواع اخرى من السرطانات...بذور الكتان، غنية بالاحماض الدهنية الاساسية والجيدة للصحة ، بالاضافة لغناها باحماض اوميغا ٣ والتي قد تساعد في الوقاية من السرطان عن طريق تثبيط تكاثر الخلايا السرطانية وتعطيل نموها. كما وتساعد احماض اوميغا ٣ على تقليل الالتهاب....والتوابل والاعشاب والشاي الاخضر.حيث يحتوي على مضادات اكسدة ومركبات تساعد على وقف نمو الخلايا السرطانية ومنع الطفرات الخلوية التي تسهم في تطور مرض السرطان، وخاصة سرطان المعدة والمستقيم والبنكرياس والقولون والثدي والمبيض والبروستات، وسرطان الرئة. لذلك شرب الشاي – جميع انواع الشاي – الاخضر والاسود والابيض، وبانتظام قد يكون له دور ايجابي في حياتك....الكركم والمادة النشطة فيه هي الكركمين، والذي يعمل كمضاد للالتهابات ومضاد للاكسدة، مما يساعد على الوقاية من السرطان. وخاصة سرطان الثدي والقولون والمعدة والكبد والرئة...الاسماك وسمك السلمون.حيث تعتبر مصادر للبروتين عالي الجودة ومصدر قليل الدهون، والسلمون بالذات يدخل في الوقاية من السرطانات حيث انه يحتوي على فيتامين "D"، وقد تم ربط انخفاض مستويات فيتامين "D"، للاصابة بالعديد من انواع السرطان، بما في ذلك القولون والثدي.كما وانه يعتبر مصدرا للاوميغا ٣ والتي اثبت بان لها دور في تاخير او الحد من تطور سرطان الثدي وسرطان البروستاتا.

١- الزعترمن أهم الأعشاب المقاومة للسرطان. حيث يتميز بخواص فعّالة مضادة للأكسدة ومضادة للجراثيم كذلك. يحتوي الزعتر أيضًا على مركبات حيوية تساعد على الوقاية من سرطان البروستاتا. ملعقة صغيرة من الزعتر تحتوي على كمية من مضادات الأكسدة مساوية ل ٢ كوب من العنب الأحمر. كما يحتوي كذلك على

مادة الكيورستين التي تساعد على منع نمو الخلايا السراطانية في الجسم

٢- الكركم..من التوابل التي تساعد على الوقاية من السرطان. اللون المميز للكركم ينتج عن وجود صبغة الكركمين، وهي من البولي فينولات التي ثبت أنها تساعد على منع نمو الخلايا السرطانية بكفاءة.

٣- الثوم.لةخواص فعّالة مضادة للسرطان. أثبتت الأبحاث أن الثوم يحتوي على بعض الخواص المضادة للبكتيريا، والتي تمنع نمو أنواع السرطان المختلفة كسرطان البروستاتا، القولون والأمعاء وغيرها.

٤- الشمر..من التوابل التي تقي من السرطان لإحتوائة على الأنيثول

٥- الزعفران.من التوابل العطرية التي تمنح وصفات الطبخ لون مميز. لكنه يعد كذلك من أفضل الأعشاب التي تعمل على مكافحة السرطان. حيث يحتوي الزعفران على مادة الكروستين، والتي لا تعمل فقط على الوقاية من الإصابة بالسرطان، لكنها قد أثبتت قدرات فائقة في تقليل حجم الأورام

٦- الفلفل الأحمر.من أفضل الأطعمة التي تساعد على الوقاية من أنواع السرطان المختلفة. حيث يتميز الفلفل الحار ببعض الخواص التي تعمل على منع نمو الخلايا السرطانية التي تتسبب في الإصابة بسرطان الدم وتعمل على مكافحتها والتخلص منها نهائيًا

٧- الكمون.من التوابل المفيدة للهمضم، لكن هل تعلمين قدراته الفعّالة للوقاية من السرطان؟ إلى جانب خواص الكمون المضادة للأكسدة، يحتوي الكمون كذلك على مادة الثيموكينون، والتي تعمل على كبح نشاط الخلايا السرطانية المسببة لسرطان البروستاتا

٨- الزنجبيل .من الأعشاب السحرية التي تتميز بالعديد من الفوائد الصحية والتي من أهمها مقاومة السرطان. حيث يساعد الزنجبيل على منع نمو الخلايا السرطانية بشكل نهائي. ليس ذلك فقط، لكنه أيضًا فعّال لتعزيز عملية التمثيل الغذائي وخفض مستويات الكوليسترول، وهو ما يساعد على الوقاية من سرطان الأمعاء والمعدة

٩- القرفة.تناول ملعقة صغيرة من مسحوق القرفة يوميًا يساعد على تجنب الإصابة بالسرطان. حيث تساعد على تقليل نمو خلايا الأورام ومنعها من تكوين أوعية دموية جديدة. إضافة ملعقة صغيرة من مسحوق القرفة لوجبة الإفطار يمنحك بداية منعشة ليومك ويقيكي من الإصابة بالأمراض المختلفة والتي من أهمها السرطان

١٠- القرنفل.مفيد للوقاية من السرطان. أضيفي القرنفل خلال تحضير وجباتك المختلفة، أو استخدمي زيت القرنفل خارجيًا. في حالة وجود أي شبهة لبعض

الأورام الغير حميدة، يساعد القرنفل على منع نمو الخلايا السرطانية ويقضي عليها نـهائيًا. علاج السرطان عند القراء بالرقية والأعشاب نـاجح في بعض الحالات ، وعلى الرغم من اختلاف الطرق والأساليب إلا أنـها تتفق بقراءة الرقية على المصاب ، وبالجمع بينـها تكون على النحو الآتي:

٩٠... الاعشاب والتوابل التي تعمل كمضاد للالتهاب

١-الزنجبيل.الكركم.الفلفل الأسود.القرفة.اكليل الجبل.الحبق.الهيل .الثوم المعمر الكزبرة.القرنفل.الثوم.البقدونس



٩١..أفضل مضادات الهيستامين الطبيعية..علاج الحكة

الحكة قد تكون بسبب الأكزيما أو الصدفية أو طفح جلدي وأمراض الكلى والكبد وأمراض باطنية وحساسية في الجلد وفطريات وحشرات صغيرة مثل الجرب والقمل وتناول بعض انواع الادوية والحمل قد يسبب الحكة

الوقاية من الحكة وعلاجها بالاعشاب الطبية

عدم الهرش قدر المستطاع.نلبس الملابس القطنية الناعمة وتجنب الملابس الخشنة. تجنب الكيماويات كالعطور ومستحضرات التجميل...الاستحمام بالماء البارد مخلوطا بدقيق الشوفان او بيكربونات الصوديوم...الابتعاد عن السبب

الأعشاب المفيدة..القسط الهندى والبحرى والزعتروالكركم والبروبليز والملفوف الأحمر والقرنبيط والفلفل الحريف والفلفل الحلو والأناناس والجوافة والسبانخ والمانجو والطماطم والجزر والخضار الورقية الخضراء.الحمضيات والبروكولي والتوت والبصل والثوم والشاي والتفاح .السمك السلمون(أسماك المياه الباردة) والجوز وزيت بذور الكتان وزيت الكانولا والشاى الاخضر.نبات القراص اللاذع جذرعرق السوس والبابونج.الزنجبيل والزعتروالحبق.السبيرولينا الجنكه بيلوبا.الشمروالموالح والفراولة والقرنبيط وبراعم البروكسل

كمدات البابونج بالماء الدافئ على أماكن الهرش...يدهن مكان الحكة باللبن بواسطة قطعة قماش قطنية...تدليك أماكن الحكة بالخل ونشا الذرة معا أوالجزر أو الماء والملح أو القراص أو الزنجبيل أو اويسة العنب أو الكيوي أو الشعير المغلي أو الخيار أومغلي الكرنب

٦ـ(الباب السادس)...العلاج بالعلق الطبي (دودة العلق)

قالعليه الصلاة والسلام : (خير الدواء المشي والحجامة دودة العلق الطبي هي احد انواع الديدان النادرة والتي تتواجد وتعيش في المياه العذبة الراكدة في المستنقعات والبرك وهي توضع على الجسم فتلتصق به وتمتص الدم من جسم المريض لوجود مواد مفيدة كثيرة وتعد من خواص دودة العلق الطبي وتقوم دودة العلق بسحب تجمعات الدم الزائد تحت الجلد وتعمل على التخلص من الضغط الناتج من تجمع الدم تحت الجلد ومعالجة الجلطات الدماغية في ايام قليلة بدل الشلل مدى الحياة وتقوم دودة العلق بامتصاص الدم الفاسد من تحت الجلد كالحجامة وتعمل على سحب المعادن الثقيلة المتجمعة في الدم لدى العاملين في الصناعة مثل النحاس والزئبق ، ويتم استخدام العلق بتجويع الدودة ثم وضعها على المكان المراد فتمتص الدودة دم المريض حتى تمتليء وتسقط ذاتيا ويترك بعد ذلك سيلان الدم بعد العضة حتى يتوقف لوحده

الخواص الطبية لدودة العلق الطبي

موسع للاوعية الدموية لوجود المادة التي تقوم بتوسيع الاوعية الدموية والتي يحتاجها مرضى الذبحة الصدرية والقلب ومانع لتجلط الدم لاحتوائه على مادة الهيرودين وهي مادة العلقين المانعة لتجلط الدم ويزيد نفادية الجلد لوجود احد الانزيمات التي تعمل على زياد نفادية الجلد وهذا الانزيم هو ما يحتاجه مرضى القلب والذبحة الصدرية ومثبط لعمل الانزيمات المحللة للانسجة لوجود المادة المثبطة والتي تفرزها الخلايا البيضاء في الجسم ومضاد للالتهابات لوجود مادة مضادة للالتهابات وتحتوي على مواد تشبه الهيستامين ومواد مخدرة موضعية ومادة الاستيل كولين
وهاضم للبروتينات المعقدة في الدم ويحولها الى مركبات بسيطة ومنقي للدم من الملوثات منشط لنخاع العظم لانتاج خلايا جديدة مجدد لخلايا الدم

الخثران او التجلط في الاوردة امراض الاوردة
اوجاع فقرات الرقبة المزمن
الذبحة الصدرية الحادة والمزمنة
تجمع الدم والسوائل في مناطق مختلفة من الجسم
امراض الروماتيزم المستعصية والروماتيد
جلطات الدماغ
طنين الاذن المزمن
امراض الغدة الدرقية
الدوالي الشرجية او البواسير
التهاب الغدد الليمفاوية
الصداع المزمن
تصلب الشرايين
الصداع النصفي
التهاب الجيوب الانفية المزمن
الاغماء المفاجيء
زغللة العينين
مختلف الالتهابات في الجسم
التهاب اوتار العضلات
التهاب مفصل الركبة الكوليسترول المرتفع في الدم
حمض البوليك المرتفع في الدم

تكلس العظام
القروح والجروح المزمنة في قصور الدورة الدموية الطرفية دوالي الخصيتين دوالي الساقين
تكبير العضو الذكري. العنة لدى الرجال الصدفية اوجاع الظهر المزمنة الغرغرينا الساقين
امراض الجلد والحساسية

هي دودة تعيش في البحر والبر والماء العذب وتعتبر من شعبة الديدان الحلقية (Phylum Annelida)كما تتواجد أيضاً في مياه البرك والمستنقعات وهناك نوع من هذه العلقة يتغذى على دم الإنسان والكائن ويستخدم في مجال الطب ويسمى العلق الطبي) (Hirudo Medieinalis) أوالديدان المصاصة للدماء (Medicinal Leech) وتقوم بامتصاص دم الضفادع والأسماك والإنسان بمجرد نزوله هذه الأماكن لكي يا خذ وجبته من الدم ليعيش عليها.ولقد أصبح لهذه اللافقاريات النافعة المتعطشة للدم مكانة هامة ومرموقة في العلاج عند الأطباء ويتراوح طولها وهي ممتلئة بالدم مابين عشرة إلى خمسة عشر سنتمتر ويتراوح وزنها وهي ممتلئة بالدم مابين خمسين إلى ثمانين جرام..لقد حث الرسول الكريم محمد صلى الله عليه وسلم على التداوي بالعلق في قوله صلى الله عليه وسلم : خير الدواء المشي والحجامة والعلق (الجامع الصغير رقم ٤١٢٣).وجاء في حديث أخر : خير الدواء السعوط واللدود والحجامة والمشي والعلق) . (رواه البيهقي عن الشعبي مرسلاً) ويتكون جسم الدودة من ٣٤ حلقة وكل حلقة متداخلة مع الحلقة الأخرى وفي مقدمة جسمها ثلاث فكوك مكونة مثلثاً صغيراً وتعمل هذه الفكوك على إحداث خدش في جسم الإنسان وتحدث له جرحاً ذا ثلاث شعب وتقوم بمص الدم من جسم الإنسان أو الحيوان الفقاري متواجد في الماء وتحدث له جرح ذو ثلاث شعب بعد أن تثبت الممص الأمامي على جسم عائلها ثم تمتص دمه بعد أن تقوم العلقة بإفراز لعابها الذي يحوي على مادة مخدرة مما يجعل عضتها على الجلد غير مؤلمة كما يوجد في مقدمة جسم العلق عين مركبة تتكون من العديد من العيون البسيطة ، لتبصر بها هذه الدودة ، ولكن قوة الإبصار ضعيفة ، فالدودة تميز بعينيها الضوء والظلام فقط ، ليتجنب الضوء ويبتعد عن مصدره ، ولكن الدودة تعتمد على حاسة اللمس والاهتزازات داخل الماء ، ليشعر بالإنسان بمجرد نزوله الماء (كيف ذلك ؟) من خلال العديد من الخلايا الحسية المنتشرة على سطح الجسم ، كما انه يستخدم الرؤيس في اكتشاف التغيرات الخفيفة في درجة حرارة الماء ، وكذلك اكتشاف أي تلوث في الماء ، فيبتعد عن مصدر التلوث . كما أن نهاية الجسم لها ممص آخر ، خلفي اصغر من الممص الأمامي ، يساعده على تثبيت نفسه أيضاً على جسم عائله أثناء امتصاص الدم. كيف يخفي هذا الحيوان الضعيف نفسه من أعدائه من الحيوانات الفقارية.إن هذا الحيوان الضعيف ، قد أعطاه الله سبحانه وتعالى ، الذكاء الفطري ، بحيث انه إذا رأى عدواً يريد التغذية عليه ، فيقوم بتكوير جسمه ، ويسقط في قاع الماء ، ويظهر لأعدائه كالميت . والبعض الآخر من ديدان العلق تختبئ بين الصخور ، بحيث لا يستطيع أحد الدخول ورائها ، أو أن تقوم بدفن نفسها داخل طين البحيرة ، بعيدة عن أنظار أعدائها من الأسماك أو الكائنات الأخرى المائية. أماكن انتشار دودة العلق: تنتشر دودة العلق في معظم دول العالم ، وأكثر تواجداً لها في أوربا وروسيا . أما في سوريا فتتواجد في منطقة غوطة دمشق ، ومحافظة حمص ، وحماة وعلى وديان العاصي ، وفي ريف المنطقة الساحلية. وكان يستخدم قديماً للعلاج ، ويستخدمه الأطباء

كعلاج للحالات المرضية منذ آلاف السنين ، وذلك من خلال التجربة الإنسانية.وجاء بعدها نبي الإسلام سيدنا محمد عليه أفضل الصلاة والسلام مبيناً أن خير الدواء في قوله) : خير الدواء السعوط واللدود والحجامة والمشي والعلق) . (رواه البيهقي عن الشعبي مرسلاً. (أخرجه البيهقي (٣٤٦/٩ ، رقم ١٩٣٦٣) . وأخرجه أيضًا : ابن أبى شيبة ٢٣٤٣٣.
فالعلق اعتبره الرسول الأكرم من خير الدواء الذي يعالج به البشر .واعترفت وكالة الدواء والغذاء الأمريكية FDA بالعلق كدواء منذ عام ٢٠٠٤ ، وصرحت بالسماح بالتسويق التجاري للعلق لأغراض طبية ، وأصبح العلاج بدودة العلق دواءً معتمداً ومرخصاً به في مشافي الولايات المتحدة الأمريكية ، وان اغلب مشافي واشنطن تحتوي على أقسام خاصة بالعلاج عن طريف العلق ويرقانه لعلاج المرضى. وفي ألمانيا فيباع العلق في الصيدليات ضمن زجاجات معتمدة كأي دواء طبي ، وكذلك فرنسا تستخدم العلاج بالعلق في مشافيها ويعتمده أطبائها . وقيل أن الأطباء الروس استخدموا العلاج بالعلق على زعيمهم ستالين . وكذلك الأطباء الألمان استخدموا العلق على زعيمهم هتلر.

ما الذي يحويه لعاب دودة العلق:

1- يحتوي لعابها على مادة Hirudin وهذه المادة مميعة للدم ومانعة لتخثر الدم وتجلطه ، وهى مادة العلقين المانعة لتجلط الدم ،والتي تباع في الصيدليات بأسعار باهظة ، كما أن مادة العلقين تدخل في صناعة أدوية لعلاج التهاب الأذن الوسطى.

2- يحتوي أيضاً على مادة Vasodilator وهي موسعة للأوعية الدموية ليتدفق فيها الدم بسرعة ، وهذه المادة تقوم مقام مادة أديانترا التي يتعاطاها مرضى القلب ، والذبحة الصدرية ، عافانا الله وإياكم.

3- ويحتوي أيضاً على مادة Hyaluronidase وهو إنزيم يعمل على زيادة نفاذية الجلد ، يقوم هذا الإنزيم مقام الفادرين ، الذي يتعاطاه مرضى الذبحة الصدرية وأمراض القلب عامة.
وباجتماع هذه المركبات الكيميائية الثلاث يندفع الدم بغزارة عبر الخدش الذي أحدثته الدودة في جلد الإنسان ، وتبدأ الدودة في امتصاص الدم وشفطه ، ولدودة العلق القدرة على امتصاص كمية كبيرة من الدم تفوق أربع مرات وزنها.

ـ ما العمل الذي تقوم به دودة العلق أثناء خدش جلد الإنسان:

1ـ ما تدخله الدودة داخل جسم الإنسان : عند وضع دودة العلق على مكان الألم من جسم الإنسان ، تقوم هذه الدودة بإدخال لعابها إلى جسم الإنسان ، وهذا اللعاب يحتوي على المركبات الكيميائية الثلاثة ، مميع للدم ، وموسع للأوعية الدموية ، وزيادة نفاذية الجلد.

2ـ ما تخرجه الدودة من داخل جسم الإنسان : تقوم الدودة بسحب الدم من المكان المصاب من عضو الإنسان وتخلصه من الدم الفاسد (الحاوي على شوائب دموية وكريات حمر هرمة وشاذة) وتنشط التروية الدموية في مكان العضو المصاب ، ويقوم هذا العضو بوظيفته على أكمل وجه ، ويتخلص الجسم من الخلل الذي أصاب هذا العضو من الجسم.
وبهذه العملية البسيطة يتم تنشيط جهاز المناعة في الجسم وزيادة التروية الدموية ، وهذا بدوره يؤدي إلى تنبيه نقي العظام لتعويض الدم الذي تم سحبه من قبل العلقة ، وعندها ينتج جيل جديد من الخلايا الدموية الفتية والنشطة والغنية بالخلاية المناعية ، عند ذلك تتنشط أعضاء المصاب ويزول الألم ويشعر الإنسان بالصحة والعافية ، وذلك بوصية رسول الإنسانية محمد صلى الله عليه وسلم فجزا الله نبينا عن أمته وعن البشرية خير ما جزا به نبي.

ـ ما هي الطريقة المثلى لتطبيق العلاج بالعلق:

1- تنظيف المكان الذي سيتم وضع العلق عليه ، ويتم التنظيف والتعقيم بماء فاتر فقط وبدون معقمات طبية.

2- اخذ العلقة بواسطة ملقط ، أو بأية وسيلة أخرى وبلطف شديد لطراوة جسم الدودة ، ووضعها على الجلد في المكان الذي تم تنظيفه وتحديده ، ويفضل وضع علقة صغيرة الحجم وبطنها فارغ (لتسحب اكبر كمية ممكنة من الدم.)

3- مدة بقاء العلقة على الجلد لسحب الدم تتراوح بين نصف ساعة إلى ساعة ، فتمتلئ العلقة وتترك هي بنفسها الجلد ، أو تبعد العلقة بلطف عن الجلد . وتوضع في قنينة زجاج خاصة وتعاد إلى مكان تعايشها.

4- بعد زوال العلقة من على الجلد ، يبقى الدم نازفاً بشكل خفيف لساعة أو أكثر ، فعلى المعالج ترك الدم يسيل ولا يوقفه ، ففي سيلانه فائدة ، ولا خطورة ولا ضرر.

5- وبعد توقف الدم توقفاً تاماً لا باس بتعقيم الجرح وتنظيف مكان عضة العلقة.

6- ويمكن أن يقوم المعالج بوضع عدة علقات (تتراوح مابين ٤ /٦ علقات) على الجسم وفي أماكن مختلفة ، وحسب حاجة المريض لذلك.

علماً أن العلقة الواحدة تسحب حوالي ٧ مل من الدم ، وان كمية سيلان الدم بعد انتهاء العلقة يكون ضعف ما أخذته العلقة أي ١٥مل تقريباً ، وان وضعت خمس علقات على الجسم في أن واحد ، فهذا يعني إن كمية الدم الإجمالية التي يتم إخراجها من الجسد يعادل ١٠٠ إلى ١٥٠ مل ، وهذه الكمية هي تقريباً تعادل كمية الدم المستخرجة أثناء عملية حجامة الكاهل.

7- في حال الانتهاء من عملية سحب الدم ، يبقى اثر مكان عضة العلقة على شكل بقعة زرقاء وتزول مع الوقت ، ولوحظ مكان الخدش رغبة في الحك الجلدي أحياناً ، على المريض أن لا يقوم بعملية حك الجلد لأنه يؤخر الشفاء ، بل عليه وضع كمادات من الماء البارد فينتهي الألم وينتهي التورم إن وجد.

ـ كيف يتم تجويع العلقة قبل استعمالها:

إن الدويدة التي تستخدم في الطب ، تُجوع ليوم أو يومين في ماء عذب ، بعد أن يفرغ ما بجوفها من غذاء (يتم تفريغ بطنها إما عن طريق الضغط على بطنها ، أو عن طريق وضعها للحظات في ماء مالح فتخرج ما في بطنها) ، ثم تطلق على الجلد ، لتمتص الدم من مواضع الاحتقان ، حتى إذا امتلأ جوفها سقطت ، ويعلق غيرها إذا لزم الأمر على أن لا يزيد ذلك عن ٦ دويدات في كل جلسة علاجية.

ـ ملاحظات يجب الانتباه إليها أثناء تطبيق العلاج بالعلق:

1- نختار العلقة الصغيرة الحجم ، أو العلقة الجائعة منها.

2- مراقبة تحرك العلق أثناء وضعها على الجلد ، خشية تنقلها وتحركها إلى مكان أخر.

3- أحياناً لا ترغب الدودة بالتعلق على الجسد وسحب الدم ، عندها قم بوخز الجلد (جلد المريض) بإخراج بعض قطرات من الدم ، هذه القطرات الدموية تشجع العلقة على التعلق على الجلد وسحب الدم ، وإذا تكرر ذلك ولم تقم العلقة بالتعلق على الجلد ، فاستبدلها بعلقة أخرى.

4- أحياناً تختار العلقة مكان بين أصابع اليد أو القدم ، فلا مانع من ذلك ، لا كن هذه الأماكن يتأخر الشفاء ويشعر المريض بحكة زائدة ، وذلك نتيجة التعرق بين الأصابع ونتيجة الاحتكاك

الغير مقصود.

5- بعد أن تشبع العلقة من سحب الدم ، وتسقط نفسها ، علينا أن ندع الدم يسيل من مكان الجلد الذي احدثت به خدش ، وأحيانا يستمر السيلان لأكثر من ساعات فلا مانع من ذلك.

6- لا تستخدم العلقة لأكثر من شخص ، ويمكن استخدامها للشخص الواحد لأكثر من مرة.

7- عند الرغبة بإبعاد العلقة عن الجسم ، يجب عدم استخدام أية مادة منفرة لإبعاد الدودة عن الدم كالحوامض أو الأملاح أو مواد حارقة أو حمضية ، وأن لا تنزع الدودة بإمساكها بملقط أو إمساكها بجسمها ، فان ذلك يتسبب في إعادة جزء من الدم للمريض ، وقد يسبب بأمراض والتهابات.

8- عادة تبتعد العلقة عن سحب الدم برغبتها بعد امتلائها ، وإذا اضطر الإنسان إلى إبعاد العلقة عن الجسم وان لم تكمل الدودة الامتلاء ، يمكن إبعادها بظفرك أو بشاش ، وتبعد بكل لطف وسهولة.

9- في حال وجود حساسية من عضة العلقة وهذه الحساسية تظهر على الجلد على شكل بقع حمراء أو حكة جلدية ، ويحدث انتفاخ في الجلد ، عندها توقف العلاج بالعلق ، وهذا نادر الحدوث ، وعلى المعالج أثنائها استخدام كمادات ماء بارد ، فتزول الحساسية ويزول الورم.

10- تستطيع دودة العلق العيش على وجبة طعام واحدة فقط ، لمدة ستة أشهر كاملة ، وتحافظ العلقة في هذه الفترة كلها على إبقاء الدم الذي حصلت عليه مميعاً ، لما أعطاها الله من مواد داخل جسدها ، لكي لا يفسد الدم و لا يتخثر.

11- يعتبر العلاج بدودة العلق شبيه بالحجامة إلا أن العلاج بالعلق لا يحتاج إلى موعد و زمن و قوانين تقيده كما في الحجامة.

ـ ما هي الحالات التي يحظر استخدام العلق لها:

1- مرض فقر الدم الحاد : يعالج بالعلق بحذر شديد ، بحيث يتم تعليق علقة واحدة فقط في المرة الأولى ، وبعد أسبوع بالإمكان تعليق علقتين فقط ، مع ملاحظة وضعه الصحي وتحاليله الطبية ، إلى أن يعامل كأي شخص سليم من حيث تعليق العلقات.

2- مرض الناعور (الهيموفيليا) : إن طبق عليه العلاج بدودة العلق فيفضل وضع العلق على الكاهل في المراحل المرة الأولى من تعليق العلق ، كون منطقة الكاهل منطقة أمنة ، وعندها القدرة على التخثر ، ويفضل وضع علقة واحدة فقط مع مراقبة لوضعه الصحي ومراقبة تحاليله ، وفي حال تحسن حالته ، عندها لا مانع من وضع علقتين ، وبالتدرج إلى أن يجعل له الله فرجا.

3- عدم تطبيق العلاج بالعلق على المرأة الحامل ، ومرضى الايدز ، والتهاب الكبد الفيروسي ، والارتخاء العضلي الوخيم ، والمرضى الذين يعالجون بأدوية تخمد جهاز المناعة.

هذه الحالات التي ذكرت الأفضل لها إجراء حجامة ، بدل من استخدام دودة العلق ، ما عدا الحامل ، فالحامل لا يجرى لها حجامة ولا تعالج بدودة العلق.

ـ ما هي أهم العلاجات التي تنفعها دودة العلق:

1- العلاج بالعلق يساعد على الشفاء من الأعراض المرضية لمرض التهاب الركبة الرثوي.

2- العلاج بالعلق يساعد على الشفاء من أمراض الجملة العصبية والأعصاب.

3- العلاج بالعلق يساعد على الشفاء من أمراض الدوران الدموي القلبي ، ويمنع التجلط الدموي ، وبذلك يمنع الجلطات القلبية والدماغية ، لان العلق يزيد في التروية القلبية ،

وتخفيف الاحتقان الدموي في الكبد.

4- العلاج بالعلق يساعد على الشفاء من دوالي القدمين ، ويساعد على الشفاء من أمراض التصلب العصيدي ، وأمراض الرئتين ، وعدم تشكل الخثرات الدموية ، والشفاء من ارتفاع الضغط الشرياني.

5- العلاج بالعلق يساعد على الشفاء من أمراض الالتهابات المزمنة ، وأمراض الغدد الصم ، والأمراض العصبية.

6- لدودة العلق فضل كبير على العمليات التجميلية مثل الأنف أو ترميم وجه أو زرع الأصابع أو زرع الأنف ، فالعلقة أثناء استخدامها في العمليات الجراحية تقوم بإزالة الدم المتجمع ، وتؤمن حماية من التخثر ، وتفريغ الاحتقان الوريدي الدموي الذي يفشل اغلب عمليات الجراحة التجميلية ، وكذلك يفيد العلق في نجاح زراعة الأنسجة.

ـ ومن أراد المزيد عن فوائد العلق وطريقة العلاج به ففي كتاب (وداعا .. لطبيب المقوقس) للأستاذ عبد القادر يحيى الديراني . ففي هذا الكتاب بغية كل باحث وكل من يريد معالجة نفسه أو معالجة غيره بهذه العلقة ، وقد أشرف على هذا الكتاب أساتذة أجلاء من أساتذة جامعة دمشق للطب ، وهم:

ـ الأستاذ الدكتور عبد الغني عرفة) عضو الجمعية الأمريكية لأمراض الصدر. (

و الأستاذ الدكتور عبد المالك ألشالاتي) عضو الأكاديمية العصبية الأمريكية. (

والأستاذ الدكتور محمد نبيل الشريف) عميد كلية الصيدلة سابقاً. (

والأستاذ الدكتور احمد سمير ألنوري) نقيب صيادلة سورية ، ونقيب صيادلة العرب. (

والأستاذ الدكتور سعد مخلص يعقوب) أستاذ أنظمة إيصال الدواء إلى الجسمD.D.S في جامعة عمان. (

والأستاذ الدكتور أنس الناظر) الاختصاصي بالطب البديل من جامعة بوداست. (

والأستاذ الدكتور احمد فاضل) السكرتير العام لفريق البحث العلمي في طب الحجامة والذبح الإسلامي. (

جز الله الجميع على ما قدموه في نشر هذا الطب النبوي ، ونأمل من الله سبحانه وتعالى أن يهيئ لهذه الأمة من يبحث في المزيد من الطب النبوي لان سيد الخلق محمد صلى الله عليه وسلم طبه هو طبٌ للأبدان والأرواح ، وان ننشر الطب الإسلامي للعالم كله وخاصة طب الأمراض النفسية ، ففي السنة الشريفة ما يغني عن كل أنواع العقاقير المخدرة والسامة والقاتلة ، والقرآن الكريم أعظم شاهد ، يقول رب العزة : { ألاَ بِذِكْرِ اللّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ } الرعد٢٨ ، لنذكر مرضانا على العودة إلى القرآن والعودة إلى السنة والالتزام بالفرائض والسنن ، والعودة إلى ذكر الله ، ونضع وسوسة إبليس جانباً ، ونبعدها عنا ، ويبعد الوسواس القهري عنا بقوله سبحانه وتعالى : { وَإِمَّا يَنزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ } . فصلت٣٦.

وليس عاراً ، وليس عيباً أن يقول الطبيب لمريضه إقراء سورة البقرة كل يوم ، لقوله صلى الله عليه وسلم) اقْرَءُوا سُورَةَ الْبَقَرَةِ فَإِنَّ أَخْذَهَا بَرَكَةٌ وَتَرْكَهَا حَسْرَةٌ وَلَا تَسْتَطِيعُهَا الْبَطَلَةُ. (قَالَ مُعَاوِيَةُ بَلَغَنِي أَنَّ الْبَطَلَةَ السَّحَرَةُ) . وقل للمريض عند شربك للدواء ، سم الله ، وقل أيها المريض { وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ } ، وإن كان هذا الكلام غير موجود في الطب الذي درسته في الغرب أو الشرق ، لان طبهم لا يؤمن بالروح ، فلن يسجنك أحد ولن يحاسبك أحد

، وكن داعياً إلى الله في عيادتك ، فالدنيا بخير والحمد لله ، وإذا وجهت المرضى إلى ذكر الله والقران الكريم ، فبعملك هذا ترضى الله ، وتعين مريضك على الشفاء وتخلصه من مرضه ، فلنعمل على نشر طب نبيك محمد صلى اله عليه وسلم ، وان ندع عقاقير الغرب وسمومهم ، وان نقل للطب الغربي المدمر وداعاً ، ونقول للطب الإسلامي أهلاً ومرحباً بالطب النبوي ، وسيكون فتحاً على العالم كله ، كما كان الإسلام ونبي الإسلام رحمة للعالمين.
وان ننشر الطب النبوي ، لان نشر الطب النبوي هو إحياء للسنة الشريفة.
ويقول صلوات ربي وسلامه عليه) : مَنْ أَحْيَا سُنَّةً مِنْ سُنَّتِي قَدْ أُمِيتَتْ بَعْدِي ، كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِ مَنْ عَمِلَ بِهَا مِنَ النَّاسِ مِنْ غَيْرِ أَنْ يَنْقُصَ مِنْ أُجُورِهِمْ شَيْئًا ، وَمَنِ ابْتَدَعَ بِدْعَةً لا يَرْضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ بِهَا ، كَانَ عَلَيْهِ مِثْلَ أَوْزَارِ مَنْ عَمِلَ بِهَا مِنَ النَّاسِ مِنْ غَيْرِ أَنْ يُنْتَقَصَ مِنْ أَوْزَارِهِمْ شَيْئًا . (مسند البزار ٣٣٨٥).
ـ يقول الأستاذ الدكتور عبد الباسط محمد السيد : هذه الدويدة تفرز مواد قاتلة للألم ، ومسيلة للدم ، وتمنع تخثره ، وبذلك يسهل على هذه الدويدة مص الدم ، ففي باريس سنة ١٨٢٩ استعمل ٥/٦مليون علقة لمص ٨٥ ألف لتر من الدم.
وتربى العلقات في مزارع خاصة معقمة لضمان سلامتها وخلوها من الأمراض ، وسوقها الآن رائجة ولها مزارع خاصة في كل من فرنسا وبريطانيا وروسيا ، وتقدر تجارتها بملايين الدولارات حيث كان سعر الواحدة منها سنة ٢٠٠٢ قد قدر بعشرة دولارات.
ومفعول الحجامة بالعلق أفضل منه بالكاسات وأسرع تأثيراً ، لان جذبها للمواد الدموية أبلغ ، ولها مقدرة طبيعية على تحسس مواضع الاحتقان وبالتالي مص الدم المحتقن ولكن أكثر ما تستخدم الآن على المناطق قليلة اللحم مثل الأنف والإذن والصدر أو حيث يتعذر وضع كاس الحجامة.

ولكن لا نغفل أن العلم الحديث أثبت بعض المكونات المذهلة في لعاب دودة العلق وهي مادة فاذوديلاتور وهي موسع الاوعية الدموية حيث تعمل على توسيع الأوعية الدموية والتي تقوم مقام مادة أديانترا التي يتعاطاها مرضى القلب والذبحة الصدرية ، ومادة هيرودين وهي مانع لتجلط الدم وهى مادة العلقين المانعة لتجلط الدم والتي تباع في الصيدليات بأسعار باهظة ، كما تدخل مادة العلقين في صناعة أدوية لعلاج التهاب الأذن الوسطي ، وأنزيم هيالورونيديز والذي يعمل على زيادة نفاذية الجلد ويقوم مقام الفادرين الذي يتعاطاه مرضى الذبحة الصدرية وأمراض القلب عامة ، ومادة مثبط التريبتيز والتي تثبط عمل الأنزيمات المحللة للأنسجة ، والتي تفرزها الخلايا البيضاء من نوع الصارية في الدم ، ومادة الإيجاليين والتي تعتبر مضاد للألتهابات التي تنجم عن وجود بعض الأنزيمات مثل أنزيم الكايميز ، والألفا كيموتربسين ، كما يوجد بلعابها مواد شبيهة بالهيستامين ، ومادة الأستيل كولين ، ومواد مخدرة موضعية ، وهذه المكونات الخاصة بالدودة لتسهل عملها في شفط الدم ، والبعض يستخدم العلاج بدود العلق في علاج الدوالي بمختلف أنواعها ، أمراض الروماتيزم والتهاب وآلام المفاصل والصداع النصفي (الشقيقة) والأمراض الجلدية ومنها الصدفية ، وعسر الدورة الدموية ، وكذلك أمراض العين بما فيها علاج الأعصاب التالفة للعين ، وأمراض العين الناتجة عن أمراض السكري ، إضافة لعلاج الفتق دون جراحة ، كما يقال أنها تعالج الذبحات الصدرية والسكتات الدماغية وطنين الأذن المزمن ، وانسداد الأوردة ، وضغط الدم والتوتر ،

وتستخدم الدودة حاليا في صناعة أدوية عبر استخراج مادة العلقين من لعابها والتي تدخل في صناعة أدوية مانعة لتجلط الدم ، ولكن حتى لا نطيل هذه المنشور أكثر من ذلك وبرغم فوائدها الكبيرة فوجهة نظري الشخصية أن استخدام الحجامة أفضل بمراحل من دودة العلق ، فدودة العلق ليست وليدة اليوم وهي قديمة قدم الخليقة ولو كانت تغني عن الحجامة لاستخدامها الباحثون الأوائل بدلا من الإبر الصيني والحجامة ولكن كأس الحجامة والمشرط هما السمة المميزة للحجامة والتشريط على مساحة كبيرة هي ميزة للحجامة عن أي وسيلة أخرى كما أن كونها سنة نبوية فلا يجوز أن نحدث فيها أو نغير ولا بأس أن نستخدم دود العلق كعلاج مكمل ولكن لا نعتبره حجامة ، مع تحيات مركز فاطمة الزهراء للطب النبوي



الأولـــوروبيـــــــن...شاي من شــجـر الـزيـتــون



منتجـات طبيعـية ١٠٠% - عـلاج بـالمكملات الغذائيـة - منـتج فعـال - آمـن – صـحة – شـفاء وقاية وعلاج للأمراض – مستخلص من شـجرالزيتون (الشـجرة المباركـة) والأعشـاب الطبيعـية

١..مفيد لمرضى القلب والضغط المرتفع.يقضى على الضغط المرتفع ويعمل على تنظيم وتنشيط الدورة الدموية.حماية للقلب والشرايين التاجية من الجلطات.يقلل ضيق وإنسدادالشرايين التاجية

٢..مفيـد لمرضـى الكلـى.ويعمـل علـى تنشـيط الـدورة الدمويـة للكلـى وخفـض نسـبة الكريـاتينين واليوريـا للمعــدل الطبيعــى.يزيــل الأمــلاح والحصــوات مــن الجهــاز البــولى والكليتــين

٣..يعمل على تنشيط جهاز المناعة والقضاء على الفيروسـات والبكتريا والفطريـات والخلايا السـرطانية والخلايا الميتـة والجــزور الحــرة الضــارة ويقــلل المــواد المســببة للإلتهابـات

٤..مفيد لأمراض المناعة.وعلاج للخمول المزمن والإمساك المزمن والإسهال المزمن والقولـون

٥..يقضــى علــى الــدهون الثلاثيــة والكوليســتيرول الضــار وينشــط الكوليســتيرول النــافع

٦..مفيد للأوعية الدموية ويعمل على إعادة الخاصية المطاطية للأوعيـة الدمويـة والتخلص من المــواد الضــارة المترســبة علــى جــدران الأوعيــة الدمويــة (الشــرايين والأوردة)

٧..مفيد لمرضى الكبد.يعمل على تنشيط خلايا الكبد وإزالـة السموم والتخلص من دهون الكبد والــتخلص مــن الفيروســات ســى وبــى.مفيــد للمــرارة ويقلــل حصــوات وإلتهابــات المــرارة

٨..مفيـد لمـرض السـكر.يقلـل نسـبة السـكر بالـدم ويقـوى الأعصـاب ويمنـع الجلــطات

٩- مفيد للتخســــــيــــــس.يعمل على إنقــــــاص الــــــوزن والتخلص من الدهــــون

١٠- مفيد للبروستاتا ويعمل على تقليل تضخم حجم البروستاتا

١١- مفيد لأمراض الرئة والربو وضيق النفس والكلى والخلل الوظيفي وإرتفاع وظائف الكلى